

maisons  
pour  
**TOUS**

# GUIDE

## DES MAISONS POUR TOUS

2023/2024

**Montpellier**  
capitale  
européenne  
de la **Culture**  
**2025**



# GUIDE

DES MAISONS POUR TOUS  
2023/2024





# 24 Maisons pour tous, 24 lieux de rendez-vous pour tous les Montpelliérains

De quartier en quartier, les Maisons pour tous accueillent ici un spectacle pour enfants, là un cours de king boxing et là encore un atelier de poterie. Au carrefour du faire et du découvrir, on expérimente une nouvelle forme d'écrire, de jouer ; on s'exerce à la création individuelle ou collective.

Lieux de passions et d'animation, les Maisons pour tous s'inscrivent au jour le jour dans la dynamique de leur environnement immédiat. Les locaux sont ouverts au monde associatif, aux comités de quartier, aux initiatives personnelles. Professionnels, amateurs, jeunes ou plus âgés, vous êtes fidèles aux rendez-vous que vous donnent les animateurs de ces maisons à partager. Avec l'appui des réseaux de partenaires, en liaison étroite avec les habitants, les équipes réinventent chaque année une offre d'animations.

Véritables lieux ressources, les 24 Maisons pour tous sont au service de tous. Les plus impliqués dans la vie de la cité, aux plus éloignés des chemins communs. Rompre l'isolement par la rencontre, l'écoute et la proposition, voilà notre engagement. Point France Services, mise à disposition de matériel informatique pour réduire la fracture numérique en sont par exemple la traduction.

La Maison pour tous n'est pas un lieu de consommation comme un autre mais véritablement un lieu de partage. On n'y consomme pas les activités mais on les fait. Ici, chacun devient citoyen engagé pour soi, pour le quartier et pour la ville.

Au moment où l'équipe municipale affirme une nouvelle ambition pour nos quartiers, nous voulons redire le rôle essentiel que jouent les Maisons pour tous dans la mise en œuvre des politiques publiques.

Les Maisons pour tous de la ville de Montpellier, une chaîne de 24 maillons si particuliers, tous différents mais tellement complémentaires. Une chaîne d'amitié, de fraternité, de solidarité. Un réseau où s'expérimente « Montpellier capitale européenne de la culture » en recevant plus de 150 créations. Un réseau qui valorise le sport pour tous avec l'opération « plan mille dojo ».

Les Maisons pour tous est l'une des traductions au quotidien de notre ambition : réinventer la ville encore et toujours. Une ville plus sensible et attentive à tous et à chacun. Une ville qui change pour vous. Une ville qui change avec vous.

Les Maisons pour tous, les maisons de chacun, terrains d'aventures pour construire ensemble.

Ces maisons sont les vôtres, n'hésitez pas, entrez!

## Michaël DELAFOSSE

Maire de Montpellier  
Président de Montpellier Méditerranée Métropole

## Fanny DOMBRE-COSTE

Première Adjointe au Maire

## Mylvia HOUGUET

Adjointe au Maire, déléguée à la Vie associative  
et aux Maisons pour tous

## INTRODUCTION

**Vous recherchez une activité pour vous ou vos enfants, un atelier de yoga, de danse, de théâtre... Vous souhaitez apprendre une langue, avez toujours voulu jouer de la guitare ou de l'harmonica, ou vous souhaitez simplement vous joindre à des personnes qui partagent votre passion, passer de bons moments autour d'une activité qui vous plaît ? Les 24 Maisons pour tous gérées par la Ville de Montpellier répondront, sans nul doute, à toutes vos envies.**

### Les Maisons pour tous, c'est quoi ?

24 équipements municipaux implantés au cœur des quartiers de Montpellier et ouverts à tous, habitants de Montpellier ou des villes et villages environnants. Ce sont des lieux privilégiés de partage, d'échanges, d'acquisition de connaissances, de découverte, de détente, de sport et de convivialité.

### Elles proposent quoi ?

Plus de 560 activités différentes, pour tous les âges et tous les publics, réparties sur plus de 1600 créneaux horaires par semaine. Autant de possibilités qui pourraient convenir à votre emploi du temps. Les activités sont encadrées par des agents de la Ville ou par des associations sélectionnées par la Ville et qui offrent les qualités d'encadrement requises. Elles se déroulent le plus souvent sous forme d'atelier hebdomadaire et uniquement hors périodes de vacances scolaires. Certaines peuvent également être complétées par des stages le week-end ou pendant les vacances.

### C'est pour qui ?

Destinées à tous et pour tous les âges sous réserve d'un éventuel certificat médical pour les activités les plus sportives et à tous les niveaux, novices, amateurs ou expérimentés. Environ 15 000 abonnés pratiquent, chaque année, une activité en Maison pour tous.



## INFOS PRATIQUES

La carte d'inscription au réseau des Maisons pour tous est obligatoire et est à retirer à l'accueil de la Maison pour tous choisie contre une cotisation différenciée Adulte/Enfant.

Elle permet de s'inscrire à une ou plusieurs activités sur l'ensemble du réseau, de septembre à juillet.

La cotisation pour chacune des activités est établie en fonction :

- de la durée et de la régularité de l'activité choisie (une heure, une heure trente, deux heures, trois heures, une ou deux fois par semaine...),
- de la nature de l'activité, individuelle ou collective, nécessitant un matériel spécifique...
- de votre situation personnelle : étudiants, bénéficiaires du RSA, familles nombreuses...

Pour connaître le coût de l'inscription au réseau des Maisons pour tous et des activités, merci de vous rapprocher de la Maison pour tous de votre choix.

## ANIMATIONS PONCTUELLES

En moyenne chaque année, plus de 1600 événements (spectacles, expositions, manifestations festives, AG associatives, carnaval, stages, sorties ludiques ou culturelles) se déroulent dans les Maisons pour tous. Ces manifestations accueillent plus de 180 000 participants.

L'agenda bimestriel des animations ponctuelles est disponible à l'accueil de votre Maison pour tous ou sur [www.montpellier.fr](http://www.montpellier.fr)

### Inscription initiale au réseau des Maisons pour tous

L'inscription, unique pour tout le réseau et valide de septembre 2023 à juillet 2024, est nécessaire pour la pratique des activités dans les Maisons pour tous.

Pièces à fournir

#### Pour tous.

- fiche de renseignement à compléter (disponible dans les Maisons pour tous ou téléchargeable sur le site de la Ville : [montpellier.fr](http://montpellier.fr)),
- justificatif de domicile de moins de 3 mois.

#### Pour les mineurs.

- extrait d'acte de naissance ou livret de famille,
- attestation CAF ou avis d'imposition.

Vous pouvez vous inscrire à toutes les activités de votre choix. Celles-ci sont soumises, comme l'inscription initiale au paiement d'une cotisation (se renseigner auprès des Maisons pour tous).



#### Pôle Solidarités

Maison de la Démocratie  
16 Rue de la République  
34000 Montpellier  
Tél. 04 67 34 88 78  
[service-MPT@ville-montpellier.fr](mailto:service-MPT@ville-montpellier.fr)

#### Service des Maisons pour tous

Tél. 04 67 34 88 78

8

**LES MAISONS  
POUR TOUS  
QUARTIER PAR  
QUARTIER**

54

**ACTIVITÉS  
DANSES**

36

**ACCUEILS DE LOISIRS  
ADOLESCENTS**

- 55 Danses classiques et danses modernes
- 57 Danses de salon et danses de couple
- 58 Danses du monde
- 61 Danses traditionnelles et régionales
- 62 Danses urbaines et contemporaines
- 64 Éveil danse

38

**INDEX**

66

**ACTIVITÉS LANGUES  
ET ALPHABÉTISATION**

46

**ACTIVITÉS  
ARTISTIQUES**

- 47 Artisanat d'art
- 48 Arts graphiques et plastiques
- 52 Cinéma, vidéo
- 52 Photographie

- 67 Alphabétisation
- 68 Langue des signes et langue universelle
- 68 Langues étrangères
- 72 Langues régionales

74

**ACTIVITÉS  
LITTÉRAURE ET  
SOCIÉTÉ, THÉÂTRE  
ET CIRQUE**

- 75 Arts du cirque
- 75 Conférences, débats et découvertes
- 76 Écriture et poésie
- 77 Théâtre et spectacle vivant

82

**ACTIVITÉS  
LOISIRS**

- 83 Accueil petite enfance
- 83 Arts culinaires
- 83 Bricolage et jardinage
- 84 Jeux de société et cartes
- 85 Loisirs créatifs
- 87 Rencontres et convivialité

88

**ACTIVITÉS  
MUSICALES**

- 89 Chant
- 91 Créations musicales
- 91 Éveil musical
- 92 Instruments de musique

98

**ACTIVITÉS  
PHYSIQUES ET  
DÉTENTE**

- 99 Arts martiaux et sports d'opposition
- 104 Éveil corporel et cérébral
- 105 Gymnastique et disciplines associées
- 105 Relaxation et disciplines associées

116

**ACTIVITÉS  
SOLIDARITÉ,  
MÉDIATION ET  
PARTAGE**

- 116 Aides à la scolarité
- 117 Autres aides

118

**ACTIVITÉS  
TECHNOLOGIE DE  
L'INFORMATION,  
SCIENCES  
ET DIVERS**

- 119 Expériences scientifiques
- 119 Informatique, internet et EPI

120

**PERMANENCES  
ET SERVICES DANS  
LES MAISONS  
POUR TOUS**



LES MAISONS POUR TOUS

# QUARTIER PAR QUARTIER

## LES CÉVENNES

- 1 André Chamson
- 2 Antoine de Saint-Exupéry
- 3 Fanfonne Guillaume
- 4 François Villon
- 5 Marcel Pagnol
- 6 Paul-Émile Victor

## CROIX D'ARGENT

- 7 Albert Camus
- 8 Michel Colucci

## HÔPITAUX-FACULTÉS

- 9 Albert Dubout
- 10 Rosa-Lee Parks

## MONTPELLIER-CENTRE

- 11 Albertine Sarrazin
- 12 Frédéric Chopin
- 13 George Sand
- 14 Joseph Ricôme
- 15 Voltaire

## MOSSON

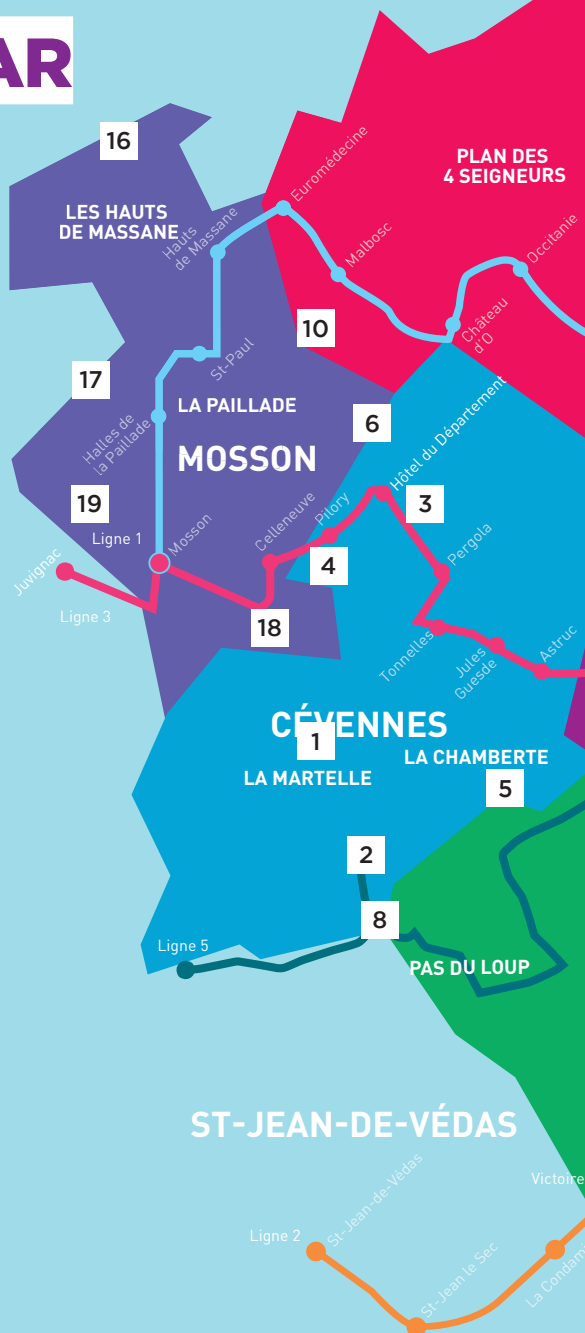
- 16 Georges Brassens
- 17 Léo Lagrange
- 18 Marie Curie
- 19 Louis Feuillade

## PORT-MARIANNE

- 20 Mélina Mercouri
- 21 Frida Kahlo

## PRÉS D'ARÈNES

- 22 L'Escoutaire
- 23 Jean-Pierre Caillens
- 24 Boris Vian



HÔPITAUX-FACULTÉS

JACOU

AIGUELONGUE

BOUTONNET

LES BEAUX-ARTS

MONTPELLIER  
CENTRE

LA POMPIGNANE

PORT-MARIANNE

DOMAINE  
DE GRAMMONT

MILLÉNAIRE

CROIX  
D'ARGENT

ESTANOVE

GAMBETTA

AIGUERELLES

PRÈS  
D'ARÈNES

LEMASSON

TRAMWAY

- Ligne 1
- Ligne 2
- Ligne 3
- Ligne 4
- Ligne 5

PÉROLS

MAISON POUR TOUS

# MICHEL COLUCCI

**RESPONSABLE** Emmanuelle Amans

**ADRESSE** 205 Rue de Cheng Du, 34070 Montpellier  
Tél. 04 48 18 62 13. [mpt.colucci@ville-montpellier.fr](mailto:mpt.colucci@ville-montpellier.fr)

**TaM** Bus n° 15, 17, 38 : arrêt Paul Fajon

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, vendredi 09:00-12:30  
et 14:00-18:00 (vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Artisanat d'art 47  
Peinture sur porcelaine  
Arts graphiques et plastiques 48  
Dessin, peinture

### ACTIVITÉS DANSES

Danses du monde 58  
Bollywood  
Orientale égyptienne  
Danses urbaines et contemporaines 62  
Hip-hop  
Éveil danse 64  
Danse

### ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Alphabétisation 67  
Alphabétisation

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Théâtre et spectacle vivant 77  
Théâtre

### ACTIVITÉS LOISIRS

Bricolage et jardinage 83  
Jardin partagé  
Loisirs créatifs 85  
Couture

### ACTIVITÉS MUSICALES

Créations musicales 91  
Comédie musicale  
Instruments de musique 92  
Darbouka (percussion orientale)  
Flûte à bec, guitare, violon  
Guitare jazz, blues, électrique, basse  
Percussions africaines  
Percussions antillaises  
Percussions et danses antillaises

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 99  
Boxe éducative  
Taekwondo  
Gymnastique et disciplines associées 105  
Acro yoga  
Cardio dance et renforcement musculaire  
au féminin  
Pilates  
Qi gong  
Relaxation et disciplines associées 112  
Tai Chi Chuan  
Yoga

### ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité 116  
Accompagnement à la scolarité

MAISON POUR TOUS

# ALBERT CAMUS

**RESPONSABLE** Alexandra Myr

**ADRESSE** 118 Allée Maurice Bonafos, 34070 Montpellier  
Tél. 04 34 88 76 84. [mpt.camus@ville-montpellier.fr](mailto:mpt.camus@ville-montpellier.fr)

**TaM** Tramway n°2 : station Mas Drevon

**HORAIRES** Lundi, mardi et jeudi 9:00-12:30 et 14:00-19:00,  
mercredi 9:00-12:30 et 13:30-19:00, vendredi 9:00-12:30 et 14:00-18:00  
(vacances scolaires 9:00-12:30 et 13:30-18:00 tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Arts graphiques et plastiques	48
Aquarelle	
Arts plastiques	
Dessin libre d'après modèle vivant	
Dessin, peinture, aquarelle, fusain	
Manga	
Cinéma, vidéo	52
Film d'animation	

### ACTIVITÉS DANSES

Danses classiques	55
et danses modernes	
Barre classique et étirements	
Classique	
Modern jazz	
Danses de salon et danses de couple	57
Danses de salon	
Lindy hop	
Danses du monde	58
Africaine	
Danses traditionnelles et régionales	61
Country line dance	
Danse traditionnelle et folklore	
du Massif Central	
Éveil danse	64
Danse	

### ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Langues étrangères	68
Anglais	
English playtime	
Espagnol	
Langues régionales	72
Corse	

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Conférences, débats et découvertes	75
Atelier du regard	
Histoire de l'art	
Permanence archéologique	
Théâtre et spectacle vivant	77
Stand up et sketches	
Théâtre	
Théâtre d'improvisation	

### ACTIVITÉS LOISIRS

Bricolage et jardinage	83
Bricolage	
Réparation vélo	
Jeux de société et cartes	84
Échecs	
Loisirs créatifs	85
Café couture	
Tissage	
Rencontres et convivialité	87
Généalogie Corse	

### ACTIVITÉS MUSICALES

Chant	89
Chant arabo-andalou	
Chant collectif	
Chant individuel	
Ensemble arabo-andalou	
Instruments de musique	92
Accordéon chromatique	
Accordéon diatonique	
Bandonéon	
Guitare	
Guitare électrique	
Piano	
Ukulélé	

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition	99
Judo	
Sambo	
Self défense	
Éveil corporel et cérébral	104
Éveil corporel	
Gymnastique et disciplines associées	105
Assouplissement	
Cuisses abdos fessiers	
Gymnastique d'entretien	
Gymnastique fondamentale	
Gymnastique santé	
Pilates et stretching	
Stretching	
Relaxation et disciplines associées	112
Qi gong	
Tai Chi Chuan	
Yoga Ashtanga	

### ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité	116
Accompagnement à la scolarité	

### ACTIVITÉS TECHNOLOGIE DE L'INFORMATION, SCIENCES ET DIVERS

Informatique, internet et EPI	119
Informatique	

MAISON POUR TOUS

# ROSA-LEE PARKS

**RESPONSABLE** Frédéric Barrandon

**ADRESSE** 10 Rue François-Henry d'Harcourt, 34080 Montpellier  
Tél. 04 48 18 62 03. mpt.parks@ville-montpellier.fr

**TaM** Bus n°24 : arrêt Malbosc ou n°6 ou 7 : arrêt Château d'Ô  
(correspondance pour le Tram n°1). Tramway n°1 : station Malbosc

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, vendredi 09:00-12:30  
et 14:00-18:00 (vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Arts graphiques et plastiques 48  
Manga  
Peinture

### ACTIVITÉS DANSES

Danses classiques et danses modernes 55  
Modern Jazz  
Danses du monde 58  
Bollywood  
Orientale  
Danses urbaines et contemporaines 62  
Break dance

### ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Alphabétisation 67  
Alphabétisation  
Langues étrangères 68  
Anglais  
Japonais

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Écriture et poésie 76  
Atelier d'écriture  
Théâtre et spectacle vivant 77  
Comédie musicale  
Création théâtrale

### ACTIVITÉS LOISIRS

Bricolage et jardinage 83  
Rencontres des jardiniers de VerPoPa  
Jeux de société et cartes 84  
Jeux de plateau et de figurines  
Loisirs créatifs 85  
Couture  
Patchwork  
Stylisme  
Tissage  
Rencontres et convivialité 87  
Café des aînés

### ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 89  
Chant  
Chant collectif  
Éveil musical 91  
Éveil musical  
Instruments de musique 92  
Guitare  
Piano  
Taiko (tambours japonais)

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 99  
Capoeira  
Éveil corporel et cérébral 104  
Baby gym  
Gymnastique et disciplines associées 105  
Body sculpt  
Fit danse  
Kid gym  
Pilates  
Relaxation et disciplines associées 112  
Méditation pleine conscience  
Qi gong  
Yoga

MAISON POUR TOUS

# ALBERT DUBOUT

**RESPONSABLE** André Caut

**ADRESSE** 1071 Av. de la Justice de Castelnaud, 34090 Montpellier  
Tél. 04 30 78 30 95. mpt.dubout@ville-montpellier.fr

**TaM** Bus n°10, 15 ou La Ronde : arrêt Aiguelongue  
Tramway n°2 : station Aiguelongue

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, vendredi 09:00-12:30  
et 14:00-18:00 (vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Arts graphiques et plastiques 48  
Dessin, bande dessinée, manga

### ACTIVITÉS DANSES

Danses classiques et danses modernes 55  
Break dance  
Danses classiques et modernes 57  
Portage parent/bébé  
Prénatale  
Danses urbaines et contemporaines 62  
Hip-hop

### ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Alphabétisation 67  
Alphabétisation  
Français langue étrangère (FLE)  
Langues étrangères 68  
Anglais  
Espagnol  
Italien  
Russe  
Langues régionales 72  
Occitan

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Conférences, débats et découvertes 75  
Les jeudis bibli  
Conférences, débats et découvertes 75  
Les mercredis biblioludiques  
Théâtre et spectacle vivant 77  
Théâtre d'improvisation  
Théâtre et sophrologie

### ACTIVITÉS LOISIRS

Accueil petite enfance 83  
Multi-activités (Eveil musical, sorties, ateliers créatifs...)  
Jeux de société et cartes 84  
Jeux pédagogiques d'adresse, de hasard et de plateau  
Loisirs créatifs 85  
Couture  
Loisirs créatifs 85  
Origami

### ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 89  
Chant collectif  
Chant individuel  
Instruments de musique 92  
Guitare

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 99  
Capoeira  
Judo  
Éveil corporel et cérébral 104  
Eveil corporel  
Gymnastique et disciplines associées 105  
Acro yoga  
Atelier bien vieillir  
Fitflamc (fitness + flamenco)  
Gymnastique  
Gymnastique d'entretien et stretching  
Gymnastique douce  
Gymnastique tonique  
Marche, gymnastique et yoga en extérieur  
Pilates  
Relaxation et disciplines associées 112  
Di gong, Tai Chi santé  
Sophrologie  
Sophrologie et pratiques artistiques  
Tai Chi Chuan  
Yoga  
Yoga Hatha  
Yoga Pilates

MAISON POUR TOUS

# FRANÇOIS VILLON

**RESPONSABLE** David Aynié

**ADRESSE** 55 Rue des Araucarias, 34080 Montpellier  
Tél. 04 48 18 62 20. [mpt.villon@ville-montpellier.fr](mailto:mpt.villon@ville-montpellier.fr)

**TaM** Bus n°10 et 15 : arrêt Les Tonnelles  
Tramway n°3 : station Les Tonnelles

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00  
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Artisanat d'art 47  
Modelage  
Poterie, sculpture

### ACTIVITÉS DANSES

Danses urbaines et contemporaines 62  
Break dance  
Break dance training libre

### ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Alphabétisation 67  
Français langue d'intégration (FLI)  
Langues étrangères 68  
Anglais

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Théâtre et spectacle vivant 77  
Théâtre

### ACTIVITÉS LOISIRS

Arts culinaires 83  
Cuisine orientale  
Bricolage et jardinage 83  
Jardin partagé  
Jeux de société et cartes 84  
Questions pour un champion  
Scrabble classique, duplicate 85  
Loisirs créatifs  
Couture  
Textile créatif  
Rencontres et convivialité 87  
Belle au naturel  
Vie de quartier

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 99  
Boxe  
Capoeira  
Judo  
Gymnastique et disciplines associées 105  
Cardio fitness  
Gymnastique  
Gymnastique Âge d'Or  
Gymnastique rythmique et sportive (GRS)  
Pilates  
Relaxation et disciplines associées 112  
Méditation  
Méditation et yoga tibétain  
Vini yoga  
Yoga adapté (sur chaise)  
Yoga Hatha

### ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité 116  
Accompagnement à la scolarité  
Autres aides 117  
Micro crèche baby car

MAISON POUR TOUS

# ANDRÉ CHAMSON

**RESPONSABLE** Fabienne Bouzidi-Grel

**ADRESSE** 105 Rue Gustave Eiffel, 34070 Montpellier  
Tél. 04 48 18 62 22. mpt.chamson@ville-montpellier.fr

**TaM** Bus n°11 ou n°15 : arrêt La Martelière  
Bus n°11 : arrêt Gustave Eiffel

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00,  
vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00  
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Arts graphiques et plastiques 48  
Arts plastiques  
Calligraphie chinoise  
Peinture

### ACTIVITÉS DANSES

Danses classiques et danses modernes 55  
Jazz  
Danses traditionnelles et régionales 61  
Écossaises  
Danses urbaines et contemporaines 62  
Hip-hop  
Éveil danse 64  
Danse

### ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Alphabétisation 67  
Alphabétisation  
Langues étrangères 68  
Espagnol  
Italien

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Arts du cirque 75  
Arts du cirque  
Clown théâtre improvisation  
Conférences, débats et découvertes 75  
Histoire de l'art  
Lecture d'œuvres d'arts 77  
Théâtre et spectacle vivant  
Théâtre

### ACTIVITÉS LOISIRS

Accueil petite enfance 83  
Petite enfance  
Jeux de société et cartes 84  
Scrabble  
Loisirs créatifs 85  
Couture

### ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 89  
Chorale  
Chant  
Chorale chants divers ou d'ailleurs 92  
Instruments de musique  
Guitare  
Piano  
Violon

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 99  
Capoeira  
Escrime historique  
Self défense  
Silat  
Gymnastique et disciplines associées 105  
Abdos fessiers  
Gymnastique d'entretien  
Gymnastique rythmique et sportive (GRS)  
Gymnastique tonique  
Pilates  
Relaxation et disciplines associées 112  
Vini hatha yoga  
Yoga  
Yoga Vinyasa

### ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité 116  
Accompagnement à la scolarité



MAISON POUR TOUS

# MARCEL PAGNOL

**RESPONSABLE** Ingrid Cazottes

**ADRESSE** 64 Rte de Lavérune, 34070 Montpellier  
Tél. 04 48 18 62 09. mpt.pagnol@ville-montpellier.fr

**TaM** Bus n°17 : arrêt Pas du Loup

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00  
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Arts graphiques et plastiques 48  
Aquarelle  
Arts plastiques  
Dessin et techniques mixtes  
Dessin, bande dessinée, manga  
Les Petites Mains  
Pastel  
Peinture à l'huile et acrylique  
Artisanat d'art  
Sculpture sur terre

### ACTIVITÉS DANSES

Danses classiques et danses modernes 55  
Danse en talons  
Modern jazz  
Danses du monde 58  
Orientale  
Danses traditionnelles et régionales 61  
Danse du 19<sup>e</sup> siècle  
Danses en ligne et folklorique  
Danses urbaines et contemporaines 62  
Contemporaine  
District danse  
Éveil danse 64  
Contemporaine  
Modern jazz

### ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Alphabétisation 67  
Alphabétisation  
Langues étrangères 68  
Anglais  
Espagnol  
Espagnol (conversation)  
Italien  
Japonais  
Russe

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Théâtre et spectacle vivant 77  
Théâtre

### ACTIVITÉS LOISIRS

Arts culinaires 83  
Arts plastiques et arts culinaires  
Cuisine solidaire  
Gardons la banane ! (cuisine et bonne humeur)  
Loisirs créatifs 85  
Point de croix  
Rencontres et convivialité 87  
Philatélie

### ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 89  
Chorale : chant polyphonique  
Éveil musical 91  
Bambins musiciens  
Éveil musical  
Instruments de musique 92  
Guitare  
Guitares classique et électrique (improvisations jazz, blues et flamenco)  
Ukulélé

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 99  
Boxe éducative  
Boxe et self défense  
Boxe et self défense  
Capoeira Angola  
Taekwondo  
Viet Vo dao

Viet Vo dao Zen  
Gymnastique et disciplines associées 105  
Baby sport  
Body pump  
Circuit training  
Cuisses abdo fessiers  
Fit boxing  
Génération sportive  
Gymnastique  
Gymnastique Âge d'Or  
Gymnastique fondamentale  
Multi sports  
Penchak Silat traditionnel  
Penchak Silat, self défense  
Pilates  
Postural ball  
Renforcement musculaire et barre à terre  
Step cardio  
Relaxation et disciplines associées 112  
Qi gong  
Rire et sophrologie  
Stretching  
Yoga  
Yoga Hatha

### ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité 116  
Accompagnement à la scolarité

### ACTIVITÉS TECHNOLOGIE DE L'INFORMATION, SCIENCES ET DIVERS

Informatique, internet et EPI 119  
Atelier de soutien numérique

MAISON DE QUARTIER

# ANTOINE DE SAINT-EXUPÉRY

**RESPONSABLE** Omar Zakani

**ADRESSE** 130 Allée du Briol, 34070 Montpellier  
Tél. 04 48 18 62 11. [mpt.saintexupery@ville-montpellier.fr](mailto:mpt.saintexupery@ville-montpellier.fr)

**TaM** Bus n°15, 17 : arrêt Les Bouisses  
Bus n°15, 17, 38 : arrêt Paul Fajon

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00  
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Arts graphiques et plastiques 48  
Dessin  
Peinture

### ACTIVITÉS DANSES

Danses classiques et danses modernes 55  
Modern jazz  
Danses de salon et danses de couple 57  
Danse du 19<sup>e</sup> siècle  
Danses du monde 58  
Bollywood  
Orientale  
Orientale égyptienne  
Danses urbaines et contemporaines 62  
Contemporaine  
Éveil danse 64  
Éveil corporel

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Théâtre et spectacle vivant 77  
Théâtre  
Théâtre d'improvisation

### ACTIVITÉS LOISIRS

Arts culinaires 83  
Arts plastiques et arts culinaires

### ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 89  
Chorale  
Créations musicales 91  
Fabrique sonore  
Éveil musical 91  
Éveil musical  
Guitare  
Instruments de musique 92  
Percussions orientales  
Piano

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 99  
Capoeira  
Judo  
Éveil corporel et cérébral 104  
Éveil corporel  
Gymnastique et disciplines associées 105  
Entraînement fractionné de haute intensité (HIIT : High Intensity Interval Training)  
Gymnastique douce et stretching  
Pilates Mat  
Zumba  
Relaxation et disciplines associées 112  
Fit boxing  
Qi gong  
Yoga

MAISON POUR TOUS

# PAUL-ÉMILE VICTOR

**RESPONSABLE** Lahouari Maachou

**ADRESSE** 1247 Av. du Professeur Louis Ravaz, 34080 Montpellier  
Tél. 04 48 18 62 19. [mpt.victor@ville-montpellier.fr](mailto:mpt.victor@ville-montpellier.fr)

**TaM** Bus n°6 : arrêt Sainte-Geneviève  
Tramway n°1 : station Château d'Ô ou n°3 : station Hôtel du Département

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00  
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Artisanat d'art 47  
Sculpture sur terre  
Arts graphiques et plastiques 48  
Arts plastiques  
Dessin, peinture

### ACTIVITÉS DANSES

Danses du monde 58  
Flamenco  
Flamenco, Sévillane  
Sévillane  
Sévillane et rumba  
Danses urbaines et contemporaines 62  
Danse popping  
K-Pop  
Locking

### ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Alphabétisation 67  
Alphabétisation  
Français langue étrangère (FLE)  
Langues étrangères 68  
Anglais  
Coréen  
English playtime

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Écriture et poésie 76  
Carnet de voyage  
Des mots et des jours  
Écriture du quotidien  
Raconter la vie  
Regard pluriel  
Théâtre et spectacle vivant 77  
Théâtre  
Théâtre d'improvisation  
Théâtre et spectacle vivant

### ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 89  
Chorale gospel  
Instruments de musique 92  
Guitare  
Orchestre cuivres et chœurs  
Piano

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 99  
Escrime de spectacle  
Judo  
Taekwondo  
Gymnastique et disciplines associées 105  
Gymnastique Âge d'Or  
Maintenance et assouplissement  
Training debout

### ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité 116  
Accompagnement à la scolarité

MAISON POUR TOUS

# FANFONNE GUILLIERME

**RESPONSABLE** Barbara Depuydt

**ADRESSE** Rue des Avant-Monts, 34080 Montpellier  
Tél. 04 48 18 62 15. [mpt.guillierme@ville-montpellier.fr](mailto:mpt.guillierme@ville-montpellier.fr)

**TaM** Bus n°6 : arrêt Les Cévennes

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, vendredi 09:00-12:00 et 14:00-18:00  
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS DANSES

Danses du monde	58
Afro danse	
Afro zumba	
Bollywood semi-classique et création chorégraphique	
Indienne Odissy	
Orientale	
Samba brésilienne	
Danses urbaines et contemporaines	62
Libre Malkowsky	

### ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Alphabétisation	67
Alphabétisation	
Langues étrangères	68
Espagnol	
Russe	

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Arts du cirque	75
Arts du cirque	
Théâtre et spectacle vivant	
Expression théâtrale et danse russophones	
Théâtre d'improvisation	
<b>ACTIVITÉS LOISIRS</b>	
Arts culinaires	83
Découverte des produits du terroir œnologie	
Loisirs créatifs	85

### Couture

### ACTIVITÉS MUSICALES

Éveil musical	91
---------------	----

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Gymnastique et disciplines associées	105
Gymnastique d'entretien	
Pilates	
Relaxation et disciplines associées	112
Yoga	

MAISON POUR TOUS

# JOSEPH RICÔME

**RESPONSABLE** Gaël-Emilienne Barcella

**ADRESSE** 7 Rue Pagès, 34070 Montpellier  
Tél. 04 48 18 62 21. [mpt.ricome@ville-montpellier.fr](mailto:mpt.ricome@ville-montpellier.fr)

**TaM** Tramway n°3 : station Plan Cabanes

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:45 et 13:30-19:00, vendredi 09:00-12:45 et 13:30-18:00  
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Artisanat d'art 47  
Reliure  
Sculpture et modelage  
Arts graphiques et plastiques 48  
Dessin

### ACTIVITÉS DANSES

Danses classiques et danses modernes 55  
Danse  
Danse bien-être  
Danses de salon et danses de couple 57  
Lindy hop  
Solo swing  
Danses du monde 58  
Indienne Bollywood  
Indienne Odissi  
Orientale  
Danses urbaines et contemporaines 62  
Break dance  
Contemporaine  
K-Pop  
Street jazz  
Street jazz en talons  
Éveil danse 64  
Éveil corporel

### ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Alphabétisation 67  
Alphabétisation  
Langues étrangères 68  
Coréen  
Russe

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Conférences, débats et découvertes 75  
Club de lecture pour tous  
Écriture et poésie 76  
Atelier d'écriture  
Cercle de lecture partagé  
Théâtre et spectacle vivant 77  
Atelier théâtre et mouvement  
Comédie musicale  
Théâtre  
Théâtre d'improvisation  
Théâtre en anglais  
Théâtre et présence

### ACTIVITÉS LOISIRS

Jeux de société et cartes 84  
Échecs  
Scrabble  
Loisirs créatifs 85  
Peinture sur figurines

### ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 89  
Chorale  
Chorale : Chœur mixte figuénottes  
Groupe vocal a capella, beatbox  
Éveil musical 91  
Éveil musical  
Les balades musicales  
Instruments de musique 92  
Guitare  
Piano

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 99  
Capoeira  
Kung Fu Hung Gar  
Gymnastique et disciplines associées 105  
Fit dance  
Fitflamc (fitness + flamenco)  
Gymnastique douce  
Pilates  
Stretching postural  
Relaxation et disciplines associées 112  
Qi gong  
Tai Chi Chuan  
Yoga Sivananda

MAISON POUR TOUS

# ALBERTINE SARRAZIN

**RESPONSABLE** Noémie Favier

**ADRESSE** 43 Rue Tour Gayraud, Parc de la Guirlande, 34070 Montpellier  
Tél. 04 67 47 31 74. [mpt.sarrazin@ville-montpellier.fr](mailto:mpt.sarrazin@ville-montpellier.fr)

**TaM** Bus n°11 : arrêt Mas de Merle

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00  
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

**Attention** : votre Maison pour tous Albertine Sarrazin est en cours de rénovation !  
Rendez-vous Annexe 2, rue du Mas de Merle et Salle annexe, 12 Rue Ronsard.

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS DANSES

Danses du monde 58  
Indienne

### ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Alphabétisation 67  
Alphabétisation

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Arts du cirque 75  
Arts du cirque

### ACTIVITÉS LOISIRS

Jeux de société et cartes 84  
Jeux de société  
Rencontres et convivialité 87  
Bien-être

### ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 89  
Chorale : chant du monde  
Instruments de musique 92  
Guitare : rumba catalane

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Éveil corporel et cérébral 104  
Éveil corporel

MAISON POUR TOUS

# GEORGE SAND

**RESPONSABLE** Sébastien Miau

**ADRESSE** 25 bis Av. Saint André de Novigens, 34000 Montpellier  
Tél. 04 48 18 62 08. [mpt.sand@ville-montpellier.fr](mailto:mpt.sand@ville-montpellier.fr)

**TaM** Bus n°14 : arrêt Palombes ou Foyer des Aubes  
Tramway n°1 : station Léon Blum ou Tramway n°2 et n°4 : station Les Aubes  
Vélo mag : 15 Les Aubes

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00  
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Arts graphiques et plastiques 48  
Arts plastiques  
Dessin, bande dessinée, manga  
Dessin, illustration et bande dessinée  
Faire son livre-jeu,  
le livre dont vous êtes le héros

### ACTIVITÉS DANSES

Danses classiques et danses modernes 55  
Classique  
Fit ballet (mélange de danse classique et de fitness)  
Modern jazz  
Danses classiques et modernes 57  
Portage parent/bébé  
Prénatale  
Danses de salon et danses de couple 57  
Tango  
Danses du monde 58  
Africaine  
Danses urbaines et contemporaines 62  
Contemporaine  
Street Jazz  
Éveil danse 64  
Rythmique

### ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Langues étrangères 68  
Espagnol  
Italien

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Arts du cirque 75  
Arts du cirque  
Conférences, débats et découvertes 75  
Histoire de l'art  
Écriture et poésie 76  
Atelier d'écriture  
Théâtre et spectacle vivant 77  
Théâtre

### ACTIVITÉS LOISIRS

Loisirs créatifs 85  
Couture  
Patchwork  
Rencontres et convivialité 87  
Papote, grignote (atelier participatif)

### ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 89  
Chant individuel  
Chant  
Chorale  
Instruments de musique 92  
Guitare  
Instruments de musique 92  
Solfège spécial guitare

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 99  
Capoeira  
Escrime historique  
Éveil corporel et cérébral 104  
Motricité  
Gymnastique et disciplines associées 105  
Gymnastique Âge d'Or  
Gymnastique fondamentale  
Gymnastique globale  
Pilates  
Pilates et stretching  
Stretching  
Relaxation et disciplines associées 112  
Méditation et bien-être  
Qi gong  
Tai Chi Chuan  
Yoga adapté (sur chaise) et pratiques douces sur tapis  
Yoga Ashtanga  
Yoga Hatha  
Yoga Vinyasa

MAISON POUR TOUS  
**VOLTAIRE**

**RESPONSABLE** Sandrine Muller

**ADRESSE** 3 Square Jean Monnet, 34070 Montpellier  
Tél. 04 48 18 62 16. [mpt.voltaire@ville-montpellier.fr](mailto:mpt.voltaire@ville-montpellier.fr)

**TaM** Tramway n°3 : station Voltaire

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00  
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

**ACTIVITÉS**

**ACTIVITÉS ARTISTIQUES**

Artisanat d'art 47  
Art floral  
Arts graphiques et plastiques 48  
Arts plastiques  
Dessin, bande dessinée, manga  
Dessin, peinture

**ACTIVITÉS DANSES**

Danses classiques et danses modernes 55  
Classique  
Danse  
Danse moderne  
Danses de salon et danses de couple 57  
Lindy hop, charleston  
Danses du monde 58  
Africaine  
Danses du monde 58  
Flamenco  
Salsa cubaine  
Danses urbaines et contemporaines 62  
Break dance  
Inclusive  
K-Pop  
Éveil danse 64  
Bébé/parent  
Danse

**ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION**

Langues étrangères 68  
Espagnol  
Italien  
Italien (conversation)

**ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE**

Arts du cirque 75  
Arts du cirque  
Conférences, débats et découvertes 75  
Art et civilisation  
Écriture et poésie 76  
Écriture créative  
Écriture créative en italien  
Théâtre et spectacle vivant 77  
Théâtre  
Théâtre d'improvisation

**ACTIVITÉS LOISIRS**

Loisirs créatifs 85  
Couture

**ACTIVITÉS MUSICALES**

Chant 89  
Chorale  
Chorale pop  
Chorale VOX  
Gospel  
Éveil musical 91  
Éveil musical  
Instruments de musique 92  
Guitare et basse  
Percussions brésiliennes  
Piano  
Ukulélé en chantant

**ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE**

Gymnastique et disciplines associées 105  
Fitness abdos fessiers  
Gymnastique d'entretien  
Gymnastique tonique  
Pilates  
Stretching  
Relaxation et disciplines associées 112  
Danse bien-être et en conscience  
Relaxation  
Tai Chi Chuan  
Yoga  
Yoga détente  
Yoga Hatha  
Yoga Pilates  
Yoga Vinyasa



MAISON DE QUARTIER

# FRÉDÉRIC CHOPIN

**RESPONSABLE** Thomas Roudet

**ADRESSE** 1 Rue du Marché aux Bestiaux, 34000 Montpellier  
Tél. 04 34 46 67 87. [mpt.chopin@ville-montpellier.fr](mailto:mpt.chopin@ville-montpellier.fr)

**TaM** Bus n°14 : arrêt Pinsons

**HORAIRES** Lundi et mardi 09:00-12:30 et 14:00-19:00,  
mercredi 09:00-19:00 sans interruption, jeudi 09:00-12:30 et 13:30-19:00,  
vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00  
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Artisanat d'art 47  
Modelage  
Poterie, modelage  
Sculpture et modelage  
Arts graphiques et plastiques 48  
Arts plastiques  
Dessin, peinture et mosaïque  
Peinture et histoire de l'art

### ACTIVITÉS DANSES

Danses de salon et danses de couple 57  
Lindy hop  
Danses du monde 58  
Danses du monde  
Flamenco  
Danses urbaines et contemporaines 62  
Break dance  
Contemporaine  
Expression corporelle  
Hip-hop  
Éveil danse 64  
Bébé/parent, prénatale  
Expression corporelle

### ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Alphabétisation 67  
Français langue étrangère (FLE)  
Langues étrangères 68  
Anglais du voyage  
Chinois  
Italien  
Italien (conversation)

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Arts du cirque 75  
Arts du cirque  
Conférences, débats et découvertes 75  
Atelier cinéma (histoire et analyse)  
Histoire de l'Art  
Rendez-vous durables sur la biodiversité  
Écriture et poésie 76  
Atelier d'écriture  
Échanges littéraires  
Théâtre et spectacle vivant 77  
Conte théâtralisé  
Théâtre  
Théâtre d'improvisation

### ACTIVITÉS LOISIRS

Bricolage et jardinage 83  
Colabe & Répare  
Jeux de société et cartes 84  
Échecs  
Mah Jong

### ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 89  
Chorale  
Chorale Jivana (chants russes ukrainiens  
et tziganes)  
Éveil musical 91  
Éveil musical  
Instruments de musique 92  
Accordéon  
Ensemble instrumental  
Flûte à Bec  
Flûte traversière  
Guitare, chant et solfège  
Piano  
Saxophone  
Violon

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Éveil corporel et cérébral 104  
Mobilité (développement général des  
capacités physiques et mentales)  
Gymnastique et disciplines associées 105  
Gymnastique d'entretien  
Pilates  
Postural ball  
Stretching et relaxation  
Relaxation et disciplines associées 112  
Qi gong  
Yoga  
Yoga Ashtanga

### ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité 116  
Accompagnement à la scolarité (Re-  
création)

### ACTIVITÉS TECHNOLOGIE DE L'INFORMATION, SCIENCES ET DIVERS

Expériences scientifiques 119  
Animations scientifiques et ludiques  
Informatique, internet et EPI 119  
Initiation à la programmation

MAISON POUR TOUS

# MARIE CURIE

**RESPONSABLE** Camille Lafitte

**ADRESSE** 13 Allée Antonin Chauliac, 34080 Montpellier  
Tél. 04 48 18 62 14. [mpt.curie@ville-montpellier.fr](mailto:mpt.curie@ville-montpellier.fr)

**TaM** Bus n°10 : arrêt Marie Curie, Tramway n°3 : stations Celleneuve et Tonnelles

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00  
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Artisanat d'art	47
Poterie	
Arts graphiques et plastiques	48
Manga	

### ACTIVITÉS DANSES

Danses classiques et danses modernes	55
Break dance	
Danses de salon et danses de couple	57
Danse de salon danse de couple	
Danse en ligne	
Danses du monde	58
Indienne	
Danses traditionnelles et régionales	61
Danse, musique et chant traditionnelles du Portugal	
Danses urbaines et contemporaines	62
Corps et mouvement	
Éveil danse	64
Bébé/parent	
Atelier socio-linguistique	

### ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Langue des signes et langue universelle	67
Langue des signes française (LSF)	
Langues étrangères	68
Anglais	

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Théâtre et spectacle vivant	77
Théâtre	

### ACTIVITÉS LOISIRS

Jeux de société et cartes	84
Belote coincée	
Scrabble	
Loisirs créatifs	85
Couture	

### ACTIVITÉS MUSICALES

Chant	89
Chants du monde, rythme et percussions corporelles	
Créations musicales	91
Fabrique sonore	
Éveil musical	91
Bambins musiciens	
Éveil musical	
Instruments de musique	92
Guitare	
Les apprentis fanfarons	
Orchestre d'accordéon diatonique	
Piano	

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition	99
Aïkido	
Boxe éducative	
Boxe française, kick boxing	
Capoeira	
Iaido	
Gymnastique et disciplines associées	105
Gymnastique douce	
Méthode Feldenkrais	
Méthode Feldenkrais (en équilibre)	
Pilates	
Postural ball	
Qi gong	
Relaxation et disciplines associées	112
Barre à terre	
Méditation et gestion du stress	
Sophrologie relaxation	
Yoga	
Yoga du rire	

### ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité	116
Accompagnement à la scolarité	
Autres aides	117
Atelier mémoire	

### ACTIVITÉS TECHNOLOGIE DE L'INFORMATION, SCIENCES ET DIVERS

Informatique, internet et EPI	119
Informatique et internet	

MAISON POUR TOUS

# LÉO LAGRANGE

**RESPONSABLE** Claire-Emmanuelle Rueda

**ADRESSE** 155 Rue de Bologne, 34080 Montpellier  
Tél. 04 48 18 62 18. [mpt.lagrange@ville-montpellier.fr](mailto:mpt.lagrange@ville-montpellier.fr)

**TaM** Bus n°19 : arrêt Les Halles de La Paillade,  
Tramway n°1 : station Les Halles de La Paillade

**HORAIRES** Lundi, mardi, jeudi et vendredi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, mercredi 09:00-20:00  
(vacances scolaires fermeture 18h tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Artisanat d'art 47  
Peinture sur porcelaine  
Reliure et restauration de livres anciens  
Arts graphiques et plastiques 48  
Origami

### ACTIVITÉS DANSES

Danses de salon et danses de couple 57  
Thé dansant  
Danses du monde 58  
Flamenco  
Orientale  
Danses traditionnelles et régionales 61  
Traditionnelles  
Traditionnelles folkloriques  
Danses urbaines et contemporaines 62  
Break dance

### ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Alphabétisation 67  
Alphabétisation  
Langues étrangères 68  
Grec moderne

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Écriture et poésie 76  
Atelier d'écriture  
Théâtre et spectacle vivant 77  
Théâtre  
Théâtre et musique

### ACTIVITÉS LOISIRS

Rencontres et convivialité 87  
Café des familles  
Discussion, échange et partage

### ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 89  
Chant : les Z'enchanteurs  
Chorale  
Chorale : Chœur Francis Poulenc  
Chorale : Gospelize it  
Chorale variétés  
Groupe vocal Jazzvoxx 91  
Créations musicales  
Ensemble instrumental : musique  
traditionnelle  
Fabrique : ateliers libres de découverte  
MAO, enregistrement studio, écriture  
musicale, mixage  
Fabrique sonore  
Jazz : approche impro  
Jazz : Why Notes  
Orchestre Jazz New Orléans  
Orchestre Salsa 91  
Éveil musical  
Culture musicale, analyse de partitions  
et harmonie  
Formation musicale, solfège  
Rythme spécial batteur  
Instruments de musique 92  
Batterie  
Ensemble instrumental  
Flûte traversière  
Guitare électrique  
Guitare jazz, blues, électrique, basse  
Piano  
Violon, violon alto

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 99  
Boxe anglaise  
Boxe anglaise au féminin  
Judo  
Ninjutsu  
Taekwondo  
Tennis de table Âge d'Or  
Wing Tsun Kung Fu  
Éveil corporel et cérébral 104  
Baby sport  
Gymnastique et disciplines associées 105  
Abdos fessiers et étirements  
Fitness au féminin  
Full body  
Gymnastique (adaptée aux diabétiques et  
aux obèses)  
Gymnastique Âge d'Or  
Gymnastique d'entretien  
Hiit (cardio training) au féminin  
Multi sports  
Renforcement haut du corps au féminin  
Step cardio au féminin  
Stretching  
Zumba fitness au féminin  
Relaxation et disciplines associées 112  
Qi gong  
Yoga

### ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité 116  
Accompagnement à la scolarité

### ACTIVITÉS TECHNOLOGIE DE L'INFORMATION, SCIENCES ET DIVERS

Expériences scientifiques 119  
Sciences amusantes

MAISON POUR TOUS

# GEORGES BRASSENS

**RESPONSABLE** Vianney Aubert

**ADRESSE** Place Jacques Brel, 34080 Montpellier  
Tél. 04 48 18 62 06. [mpt.brassens@ville-montpellier.fr](mailto:mpt.brassens@ville-montpellier.fr)

**TaM** Bus n°19 : arrêt Place d'Italie  
Tramway n°1 : station Hauts de Massane (correspondance pour le bus n°19)

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00  
(vacances scolaires fermeture 18h tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS DANSES

Danses classiques et danses modernes Street dance	55
Danses de salon et danses de couple Salsa Swing	57
Danses du monde Africaine	58
Danses urbaines et contemporaines Hip hop et break dance Street dance	62

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Arts du cirque	75
Arts du cirque Conférences, débats et découvertes	75
Atelier de lecture : Je butine mon premier livre	
Club de lecture	

### ACTIVITÉS LOISIRS

Loisirs créatifs Atelier de création manuelle Couture	85
---	----

### ACTIVITÉS MUSICALES

Instruments de musique Percussions Steel-drum	92
---	----

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition Capoeira Full contact Judo Self défense Taekwondo Tennis de table Âge d'Or Éveil corporel et cérébral	99
Éveil corporel et cérébral Gymnastique et disciplines associées Circuit training Danse fitness Fitflamc (fitness + flamenco) Gymnastique Gymnastique fondamentale Pilates Sports santé Step Stretching Zumba Zumba strong Relaxation et disciplines associées Brighter Minds Sophrologie Yoga	104 105 112

MAISON POUR TOUS

# LOUIS FEUILLADE

**RESPONSABLE** Willem Falbaire

**ADRESSE** 416 Le Grand Mail, 34080 Montpellier  
Tél. 04 34 46 68 00. [mpt.feuilleade@ville-montpellier.fr](mailto:mpt.feuilleade@ville-montpellier.fr)

**TaM** Bus n°19 : Halles de la Paillade  
Tramway n°1 : stations Stade de la Mosson ou Les Halles de la Paillade

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 13:30-19:00, vendredi 09:00-12:30 et 13:30-18:00, samedi 13:30-19:00.  
(vacances scolaires : lundi 09:00-12:30 et 14:00-18:00, du mardi au vendredi 09:00-12:30 et 13:30-18:00, Samedi 13:30-18:00)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS DANSES

Danses urbaines et contemporaines 62  
Break dance

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Écriture et poésie 76  
Poésie urbaine (rap et slam)  
Théâtre et spectacle vivant 77  
Théâtre d'improvisation

### ACTIVITÉS LOISIRS

Rencontres et convivialité 87  
Atelier de cuisine

### ACTIVITÉS MUSICALES

Éveil musical 91  
Éveil musical

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 99  
Boxe éducative, kick boxing  
Arts martiaux et sports d'opposition 99  
Boxe et renforcement cardio au féminin

### ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité 116  
Accompagnement à la scolarité

# LA MAISON POUR TOUS LOUIS FEUILLADE

## Une structure de proximité qui met en avant les Cultures Urbaines et l'Image

La Maison pour tous Louis Feuillade a ouvert ses portes, au 4<sup>ème</sup> trimestre 2018, en plein cœur du quartier de la Paillade. À la fois cinéma et théâtre de quartier, studio vidéo et salle de répétition, elle accueille également une couveuse d'entreprises pour les jeunes entrepreneurs créatifs et culturels !

### OBJECTIFS

- Favoriser l'accès de tous à l'offre et aux pratiques artistiques et culturelles.
- Accompagner la réalisation des projets générateurs d'emplois dans les secteurs de l'art, de la culture et du lien social.
- Co-construire des projets avec l'ensemble des habitants du quartier.
- Proposer des spectacles et animations de culture urbaine (slam, hip-hop, jeux et ateliers vidéo, cinéma, stand-up, concerts...).

### ÉQUIPEMENTS

#### Un théâtre de quartier (140 places)

Consacré au spectacle vivant et à la résidence créative : musiques urbaines, musiques du monde, stand-up, comédies, spectacles jeunes publics, concerts et propositions associatives. Horaires selon programmation.

#### Un cinéma de quartier (88 places)

Partez à la découverte d'une programmation cinématographique récente disponible toutes les six semaines et ouverte à tous les publics. Chaque mois sont organisés des ciné-goûters (pour les familles), ciné-pizzas (pour les ados) ou ciné-cafés (pour les adultes) pour la satisfaction de tous ! En été, des projections en plein-air dans le quartier sont aussi à l'affiche.

- Les mercredis : séances à 10h, 14h, 16h et 18h.
- Les samedis : séances à 14h, 16h et 18h.
- Vacances scolaires : les mardis, mercredis, jeudis, vendredis et samedis : séances à 14h, 16h et 18h.

Organisation de séances à destination des scolaires et des centres de loisirs.

#### Tarifs

- Individuel : 6€.
- Réduit : 4€ sur présentation d'un justificatif (- 26 ans, + 60 ans, demandeurs d'emploi, bénéficiaires de minima sociaux, étudiants, familles nombreuses).
- - 14 ans : 3€ (enfants obligatoirement accompagnés).
- Groupe - 12 ans : 2,70€ (ALSH, associations...).  
Réservation obligatoire
- Groupe + 12 ans : 3,50€ (ASLH, associations...).  
Réservation obligatoire  
Groupe de 10 personnes au minimum, gratuit pour l'accompagnateur.
- Lunettes 3D : venir avec ses lunettes ou possibilité d'en acheter en caisse (1€).

Toutes les séances sont accessibles aux personnes malentendantes ou malvoyantes.

#### Un studio vidéo

Outre l'apprentissage du langage audiovisuel et de ses techniques lors d'ateliers découverte et de stages, le studio accompagne les

projets des vidéastes et cinéastes amateurs dans les domaines de la fiction et du clip. Il est équipé de plusieurs stations de montage et d'un parc de matériel de tournage.

#### Un studio de répétition théâtre et danse

Ce lieu de répétition pour la comédie et pour de petites formes dansées organise aussi des ateliers et des stages : improvisation, stand-up, travail d'acteur, danse hip-hop.

#### Une couveuse créative

En lien avec *La Fabrique à Entreprendre* Mosson et en partenariat avec l'association *CONTEXT'ART* qui anime cet espace, la couveuse accueille les projets des Entrepreneurs Créatifs et Culturels des quartiers prioritaires. Ils y trouvent un espace de travail, une salle de réunion et surtout du conseil, des outils de développement et de l'aide pour leurs recherches de financements. C'est un lieu innovant pour tester son projet en réel.

#### Un accueil information orientation jeunesse

Les jeunes y trouvent conseils, renseignements sur les parcours de formation et sur les métiers, aide aux projets ou à la rédaction de CV.

MAISON POUR TOUS

# FRIDA KAHLO

**RESPONSABLE** Johanna Schlesinger

**ADRESSE** 240, rue Claude Lévi-Strauss, 34000 Montpellier  
Tél. 04 48 18 62 17. [mpt.kahlo@ville-montpellier.fr](mailto:mpt.kahlo@ville-montpellier.fr)

**TaM** Tramway n°3 : station Pablo Picasso

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00  
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Artisanat d'art	47
Tissage et création textile	
Arts graphiques et plastiques	48
Bande dessinée, manga	
Carnet de voyage : dessin, aquarelle, encre de chine	
Dessin, bande dessinée, manga	
Dessin, peinture	
Dessin, peinture, modelage	
Digital painting	
Pop-up	
Cinéma, vidéo	52
Film d'animation	

### ACTIVITÉS DANSES

Danses classiques et danses modernes	55
Classique	
Danse en talons	
Lyrical Jazz	
Danses classiques et modernes	57
Danse maman/bébé	
Prénatale	
Danses du monde	58
Salsa	
Danses urbaines et contemporaines	62
Afrodance	
Break dance	
Contemporaine	
K-Pop	
Street Jazz	
Éveil danse	64
Bébé/parent	
Danse	
Expression corporelle	

### ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Langues étrangères	68
Espagnol (conversation)	

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Conférences, débats et découvertes	75
Histoire de l'art	
Théâtre et spectacle vivant	77
Théâtre	

### ACTIVITÉS LOISIRS

Arts culinaires	83
Arts plastiques et arts culinaires	
Jeux de société et cartes	84
Café ludique et créatif	
Échecs	
Rencontres et convivialité	87
Pause parents	

### ACTIVITÉS MUSICALES

Chant	89
Chant collectif	
Chorale Coup D'Choeur	
Créations musicales	91
Ensemble musical arabo-andalou	
Éveil musical	91
Zumbini	

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Gymnastique et disciplines associées	105
Baby sport	
Fit boxing	
Full body	
Gymnastique douce	
Multi sports	
Mumfit	
Pilates	
Qi gong, Tai Chi	
Zumba	
Relaxation et disciplines associées	112
Yoga	

### ACTIVITÉS TECHNOLOGIE DE L'INFORMATION, SCIENCES ET DIVERS

Informatique, internet et EPI	119
Accompagnement numérique	

MAISON POUR TOUS

# MÉLINA MERCOURI

**RESPONSABLE** Sophie Gaudin

**ADRESSE** 842 Rue de la Vieille Poste, 34000 Montpellier  
Tél. 04 48 18 62 05. mpt.mercouri@ville-montpellier.fr

**TaM** Bus n°15 et n°51 : arrêt Pinville

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00  
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Arts graphiques et plastiques 48  
Dessin animé  
Dessin, peinture  
Artisanat d'art  
Sculpture sur bois  
Cinéma, vidéo 52  
Montage vidéo de fictions, reportages et documentaires  
Photographie 52  
Photo numérique

### ACTIVITÉS DANSES

Danses de salon et danses de couple 57  
Kizomba  
Rock  
Rock  
Solo swing  
Tango argentin  
Danses du monde 58  
Flamenco  
Flamindi  
Orientale  
Salsa  
Samba brésilienne  
Danses traditionnelles et régionales 61  
Grecque  
Line dance

### ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Alphabétisation 67  
Français langue d'intégration (FLI)  
Langues étrangères 68  
Anglais  
Polonais

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Théâtre et spectacle vivant 77  
Théâtre d'improvisation

### ACTIVITÉS LOISIRS

Bricolage et jardinage 83  
Jardin partagé  
Jeux de société et cartes 84  
Pyramide  
Loisirs créatifs 85  
Broderie  
Couture  
Stylisme

### ACTIVITÉS MUSICALES

Chant 89  
Chœur hommes  
Chorale  
Chorale : Mélodique (mixte, répertoire varié)  
Chorale grecque  
Chorale tous styles  
Éveil musical 91  
Chorale 91  
Éveil musical 92  
Instruments de musique  
Accordéon chromatique  
Guitare  
Instruments de musique 92  
Piano

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 99  
Boxe anglaise  
Capoeira  
Escrime et reconstitution médiévale  
Judo  
Karaté shotokan  
Self défense et krav-maga  
Éveil corporel et cérébral 104  
Baby sport  
Gymnastique et disciplines associées 105  
Gymnastique douce  
Gymnastique tonique  
Multi sports  
Pilates  
Relaxation et disciplines associées 112  
Méditation  
Sophrologie et méditation pleine conscience  
Tai Chi Chuan  
Yoga  
Yoga postural

### ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité 116  
Accompagnement à la scolarité

### ACTIVITÉS TECHNOLOGIE DE L'INFORMATION, SCIENCES ET DIVERS

Expériences scientifiques 119  
Ateliers des petits débrouillards  
Informatique, internet et EPI 119  
Informatique



MAISON DE QUARTIER

# JEAN-PIERRE CAILLENS

**RESPONSABLE** Arsène Bouakira

**ADRESSE** Place de Tibériade, Tournezy, 34070 Montpellier  
Tél. 04 48 18 62 12. [mpt.cailens@ville-montpellier.fr](mailto:mpt.cailens@ville-montpellier.fr)

**TaM** Bus n°11 : arrêts Mas Saint Pierre ou Tournezy

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00  
(vacances scolaires fermeture 18h tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS DANSES

Danses de salon et danses de couple	57
Carolina shag	
West coast swing	
Danses du monde	58
Orientale	
Salsa	
Danses urbaines et contemporaines	62
Hip hop	
Contemporaine	

### ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Alphabétisation	67
Français langue étrangère (FLE)	

### ACTIVITÉS LOISIRS

Arts culinaires	83
Cuisine du monde	
Loisirs créatifs	85
Couture - Mod'Ados	
Couture - Mod'Elle toi	
Les mercredis des découvertes	
Rencontres et convivialité	87
Atelier bien être	

### ACTIVITÉS MUSICALES

Instruments de musique	92
Batucada	
Piano	

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition	99
Art martial russe	
Boxe anglaise	
Boxe danse	
Boxe thai	
Karaté	
Préparaton physique aux arts martiaux	
Sabre thaïlandais	
Gymnastique et disciplines associées	105
Gymnastique d'entretien	
Gymnastique tonique	
Relaxation et disciplines associées	112
Yoga	

### ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité	116
Accompagnement à la scolarité	

### ACTIVITÉS TECHNOLOGIE DE L'INFORMATION, SCIENCES ET DIVERS

Expériences scientifiques	119
Animations scientifiques et ludiques	

MAISON POUR TOUS

# BORIS VIAN

**RESPONSABLE** Nancy Geraud

**ADRESSE** 14 Rue de l'Améthyste, 34070 Montpellier  
Tél. 04 48 18 62 45. [mpt.vian@ville-montpellier.fr](mailto:mpt.vian@ville-montpellier.fr)

**TaM** Bus n°8 : arrêts Jean Mirailhet ou Collège les Aiguerelles  
Tramway n°1 : station Moulares-Hôtel de Ville  
Tramway n°4 : station Georges Frêche-Hôtel de Ville

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, vendredi 09:00-12:30 et 14:00-18:00  
(vacances scolaires fermeture 18h tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Arts graphiques et plastiques 48  
Dessin, peinture  
Photographie 52  
Photo argentique et numérique

### ACTIVITÉS DANSES

Danses classiques et danses modernes 55  
Modern jazz  
Street danse  
Danses de salon et danses de couple 57  
Salsa  
Salsa rueda casino  
Danses urbaines et contemporaines 62  
Street danse

### ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Alphabétisation 67  
Alphabétisation  
Langues étrangères 68  
Italien

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Théâtre et spectacle vivant 77  
Théâtre  
Théâtre d'improvisation

### ACTIVITÉS LOISIRS

Accueil petite enfance 83  
Club pitchouns  
Les vendredis jardin  
Bricolage et jardinage 83  
Les petits jardiniers  
Jeux de société et cartes 84  
Jeux de société  
Loisirs créatifs 85  
Atelier créatif  
Mercredis récréatifs : ateliers parents/ enfants  
Rencontres et convivialité 87  
Atelier : jeux sportifs

### ACTIVITÉS MUSICALES

Instruments de musique 92  
Flûte à bec  
Flûte traversière  
Piano  
Saxophone

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition 99  
Judo  
Karaté  
Self défense et krav-maga  
Shorinji kempo  
Gymnastique et disciplines associées 105  
Gymnastique  
Gymnastique santé  
Pilates  
Stretching  
Relaxation et disciplines associées 112  
Qi gong  
Tai Chi Chuan  
Yoga Sivananda

### ACTIVITÉS TECHNOLOGIE DE L'INFORMATION, SCIENCES ET DIVERS

Informatique, internet et EPI 119  
Informatique et internet

MAISON POUR TOUS

# L'ESCOUTAIRE

**RESPONSABLE** Grégory Nogré

**ADRESSE** 67 Rue des Razeteurs, 34070 Montpellier  
Tél. 04 48 18 62 10. [mpt.escoutaire@ville-montpellier.fr](mailto:mpt.escoutaire@ville-montpellier.fr)

**TaM** Bus n°8 arrêt : Razeteurs ou n°11 arrêt Frédéric Fabège  
Tramway n°2 et n°4 : station Saint-Martin

**HORAIRES** Du lundi au jeudi 09:00-12:30 et 14:00-19:00, vendredi 09:00-12:30 et de 14:00-18:00  
(vacances scolaires fermeture 18:00 tous les jours)

## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Artisanat d'art	47
Mosaïque	
Peinture sur porcelaine : technique américaine	
Peinture sur porcelaine : technique traditionnelle	
Peinture sur porcelaine techniques modernes	
Peinture sur verre	
Poterie	
Vitrail méthode Tiffany	
Arts graphiques et plastiques	48
Arts plastiques	
Dessin, peinture et histoire de l'art	
Dessin, peinture, peinture à l'huile	

### ACTIVITÉS DANSES

Danses classiques et danses modernes	55
Classique	
Multi danses classique et jazz	
Danses de salon et danses de couple	57
Rock	
Danses du monde	58
Country line dance	
Orientale	
Danses urbaines et contemporaines	62
Break dance	
Éveil danse	64
Expression corporelle	

### ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHABÉTISATION

Alphabétisation	67
Français langue d'intégration (FLI)	
Langues étrangères	68
Esperanto	

### ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

Conférences, débats et découvertes	75
Histoire de l'art	
Théâtre et spectacle vivant	77
Théâtre	
Théâtre d'improvisation	

### ACTIVITÉS LOISIRS

Loisirs créatifs	85
Couture	
Patchwork	
Rencontres et convivialité	87
Café des parents	
Jeux de rôles, jeux de plateaux sur table et jeux de société en libre accès	91
Parent'aise : lieu d'échanges et d'activités petite enfance	

### ACTIVITÉS MUSICALES

Chant	89
Ensemble vocal	
Éveil musical	91
Éveil musical et corporel parents/enfants	
Instruments de musique	92
Guitare	
Orchestre (instruments à cordes et à vents)	

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

Arts martiaux et sports d'opposition	99
MMA (Mixte Martial Art)	
Taekwondo	
Gymnastique et disciplines associées	105
Gymnastique	
Gymnastique d'entretien	
Gymnastique douce	
Gymnastique équilibre séniors	
Pilates	
Renforcement musculaire	
Renforcement musculaire abdo fessiers	
Stretching	
Relaxation et disciplines associées	112
Méditation et relaxation	
Yoga	

### ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

Aides à la scolarité	116
Accompagnement à la scolarité	

### ACTIVITÉS TECHNOLOGIE DE L'INFORMATION, SCIENCES ET DIVERS

Expériences scientifiques	119
Club sciences	
Informatique, internet et EPI	119
Informatique et internet	





## ACCUEILS DE LOISIRS ADOLESCENTS

Les Maisons pour tous Georges Brassens, André Chamson, Antoine de Saint-Exupéry, L'Escoutaïre et François Villon proposent un Accueil de Loisirs Sans Hébergement (ALSH) pour le public adolescent de 12 à 17 ans autour d'un projet pédagogique visant l'autonomie individuelle et collective des jeunes, la coopération et l'entraide tout en favorisant l'apprentissage de la citoyenneté et du vivre ensemble.

Activités de loisirs, de découverte, sorties sportives et nature, projets jeunes, animations ludiques... sont au programme.

Adolescents de 12 à 17 ans

Tarif : barème selon quotient familial, sur inscription

### Maison pour tous Georges Brassens

Renseignements : 04 48 18 62 06

Les Hauts de Massane - Place Jacques Brel

Du lundi au vendredi de 10h à 18h pendant les vacances scolaires, sauf vacances de Noël

### Maison pour tous André Chamson

Renseignements : 04 48 18 62 22

La Martelle - 105, rue Gustave Eiffel

En juillet du lundi au vendredi de 10h à 18h, sauf les jours fériés

### Maison de quartier Antoine de Saint-Exupéry

Renseignements : 04 68 18 62 11

La Martelle - 130, allée du Briol

Du lundi au vendredi de 10h à 18h pendant les vacances scolaires, ouverture selon programme les mercredis, samedis et dimanches

### Maison pour tous L'Escoutaïre

Renseignements : 04 48 18 62 10

Saint-Martin - 67, rue des Razeteurs

Du lundi au vendredi de 10h à 18h pendant les vacances scolaires, sauf vacances de Noël

### Maison pour tous François Villon

Renseignements : 04 68 18 62 20

Alco - 55, rue des Araucarias

Du lundi au vendredi de 10h à 18h pendant les vacances scolaires, sauf vacances de Noël

Les horaires sont susceptibles d'être modifiés en fonction du programme et des sorties.

Dossier d'inscription et renseignement à l'accueil des Maisons pour tous.

# INDEX

## ACTIVITÉS ARTISTIQUES

### ARTISANAT D'ART ..... 47

Art floral  
 Modelage  
 Mosaïque  
 Peinture sur porcelaine  
 Peinture sur porcelaine :  
   technique américaine  
 Peinture sur porcelaine :  
   technique traditionnelle  
 Peinture sur porcelaine :  
   techniques modernes  
 Peinture sur verre  
 Poterie  
 Poterie, modelage  
 Poterie, sculpture  
 Reliure  
 Reliure et restauration  
   de livres anciens  
 Sculpture et modelage  
 Sculpture sur bois  
 Sculpture sur terre  
 Tissage et création textile  
 Vitrail méthode Tiffany

### ARTS GRAPHIQUES ..... 48 ET PLASTIQUES

Aquarelle  
 Arts plastiques  
 Bande dessinée, manga  
 Calligraphie chinoise  
 Carnet de voyage : dessin,  
   aquarelle, encre de chine  
 Dessin  
 Dessin animé  
 Dessin et techniques mixtes  
 Dessin libre d'après modèle vivant  
 Dessin, bande dessinée, manga  
 Dessin, illustration et bande  
   dessinée  
 Dessin, peinture  
 Dessin, peinture et histoire de l'art  
 Dessin, peinture et mosaïque  
 Dessin, peinture, aquarelle,  
   fusain  
 Dessin, peinture, modelage  
 Dessin, peinture, peinture à l'huile  
 Digital painting  
 Faire son livre-jeu, le livre dont  
   vous êtes le héros  
 Les Petites Mains  
 Manga  
 Origami  
 Pastel  
 Peinture  
 Peinture à l'huile et acrylique  
 Peinture et histoire de l'art  
 Pop-up

### CINÉMA, VIDÉO ..... 52

Film d'animation  
 Montage vidéo de fictions,  
   reportages et documentaires

### PHOTOGRAPHIE ..... 52

Photo argentique et numérique  
 Photo numérique

## ACTIVITÉS DANSES

### DANSES CLASSIQUES ..... 55 ET DANSES MODERNES

Barre classique et étirements  
 Break dance  
 Classique  
 Danse  
 Danse bien-être  
 Danse en talons  
 Danse maman/bébé  
 Danse moderne  
 Fit ballet (mélange de danse  
   classique et de fitness)  
 Jazz  
 Lyrical Jazz  
 Modern jazz  
 Multi danses classique et jazz  
 Portage parent/bébé  
 Prénatale  
 Street dance

### DANSES DE SALON ..... 57 ET DANSES DE COUPLE

Carolina shag  
 Danse de salon, danse de couple  
 Danse du 19e siècle  
 Danse en ligne  
 Danses de salon  
 Kizomba  
 Lindy hop  
 Lindy hop, charleston  
 Rock  
 Solo swing  
 Swing  
 Tango  
 Tango argentin  
 Thé dansant  
 West coast swing



**DANSES DU MONDE ..... 58**

Africaine  
Afro dance  
Afro zumba  
Bollywood  
Bollywood semi-classique  
et création chorégraphique  
Country line dance  
Danses du monde  
Flamenco  
Flamenco, Sévillane  
Flamindi  
Indienne  
Indienne Bollywood  
Indienne Odissi  
Orientale  
Orientale égyptienne  
Salsa  
Salsa cubaine  
Samba brésilienne  
Sévillane  
Sévillane et rumba

**DANSES TRADITIONNELLES .. 61  
ET RÉGIONALES**

Country line dance  
Danse traditionnelle et folklore  
du Massif Central  
Danse du 19<sup>e</sup> siècle  
Danse, musique et chant  
traditionnels du Portugal  
Danses en ligne et folklorique  
Écossaises  
Grecque  
Line dance  
Traditionnelles  
Traditionnelles folkloriques

**DANSES URBAINES ..... 62  
ET CONTEMPORAINES**

Afrodance  
Break dance  
Break dance training libre  
Contemporaine  
Corps et mouvement  
Danse popping  
District danse  
Expression corporelle  
Hip hop  
Hip hop et break dance  
Inclusive  
K-Pop  
Libre Malkowsky  
Locking  
Street dance  
Street Jazz  
Street jazz en talons

**ÉVEIL DANSE ..... 64**

Bébé/parent  
Bébé/parent, prénatale  
Contemporaine  
Danse  
Éveil corporel  
Expression corporelle  
Modern jazz  
Rythmique

**ACTIVITÉS  
LANGUES ET  
ALPHABÉTISATION**

**ALPHABÉTISATION ..... 67**

Alphabétisation  
Atelier socio-linguistique  
Français langue étrangère (FLE)  
Français langue d'intégration (FLI)

**LANGUE DES SIGNES ..... 68  
ET LANGUE UNIVERSELLE**

Langue des signes française (LSF)

**LANGUES ÉTRANGÈRES .... 68**

Anglais  
Anglais du voyage  
Chinois  
Coréen  
English playtime  
Espagnol  
Espagnol (conversation)  
Esperanto  
Grec moderne  
Italien  
Italien (conversation)  
Japonais  
Polonais  
Russe

**LANGUES RÉGIONALES ..... 72**

Corse  
Occitan

## ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

### ARTS DU CIRQUE ..... 75

Arts du cirque  
Clown théâtre improvisation

### CONFÉRENCES, DÉBATS .... 75 ET DÉCOUVERTES

Art et civilisation  
Atelier cinéma (histoire  
et analyse)  
Atelier de lecture : Je butine  
mon premier livre  
Atelier du regard  
Club de lecture  
Club de lecture pour tous  
Histoire de l'art  
Lecture d'oeuvres d'arts  
Les jeudis bibli  
Les mercredis biblioludiques  
Permanence archéologique  
Rendez-vous durables sur la  
biodiversité

### ÉCRITURE ET POÉSIE ..... 76

Atelier d'écriture  
Carnet de voyage  
Cercle de lecture partagé  
Des mots et des jours  
Échanges littéraires  
Écriture créative  
Écriture créative en italien  
Écriture du quotidien  
Poésie urbaine (rap et slam)  
Raconter la vie  
Regard pluriel

### THÉÂTRE ..... 77 ET SPECTACLE VIVANT

Atelier théâtre et mouvement  
Comédie musicale  
Conte théâtralisé  
Création théâtrale  
Expression théâtrale  
et danse russophones  
Stand up et sketches  
Théâtre  
Théâtre d'improvisation  
Théâtre en anglais  
Théâtre et musique  
Théâtre et présence  
Théâtre et sophrologie  
Théâtre et spectacle vivant

## ACTIVITÉS LOISIRS

### ACCUEIL PETITE ENFANCE .. 83

Club pitchouns  
Les vendredis jardin  
Multi-activités (éveil musical,  
sorties, ateliers créatifs...)  
Petite enfance

### ARTS CULINAIRES ..... 83

Ateliers de cuisine  
Arts plastiques et arts culinaires  
Cuisine du monde  
Cuisine orientale  
Cuisine solidaire  
Découverte des produits  
du terroir œnologie  
Gardons la banane !  
(cuisine et bonne humeur)

### BRICOLAGE ..... 83 ET JARDINAGE

Bricolage  
Colabe & Répare  
Jardin partagé  
Les petits jardiniers  
Rencontres des jardiniers  
de VerPoPa  
Réparation vélo

### JEUX DE SOCIÉTÉ ..... 84 ET CARTES

Belote coïncée  
Café ludique et créatif  
Échecs  
Jeux de plateau et de figurines  
Jeux de rôles, de plateaux sur  
table et de société en accès libre  
Jeux de société  
Jeux pédagogiques d'adresse,  
de hasard et de plateau  
Mah Jong  
Pyramide  
Questions pour un champion  
Scrabble  
Scrabble classique, duplicate

**LOISIRS CRÉATIFS ..... 85**

Atelier créatif  
Atelier de création manuelle  
Broderie  
Café couture  
Couture  
Couture - Mod'Ados  
Couture - Mod'Elle toi  
Les mercredis des découvertes  
Mercredis récréatifs :  
ateliers parents/enfants  
Origami  
Patchwork  
Peinture sur figurines  
Point de croix  
Stylisme  
Textile créatif  
Tissage

**RENCONTRES ..... 87  
ET CONVIVIALITÉ**

Atelier : jeux sportifs  
Atelier bien être  
Belle au naturel  
Bien-être  
Café des aînés  
Café des familles  
Café des parents  
Discussion, échange et partage  
Généalogie Corse  
Papote, grignote  
(atelier participatif)  
Parent'aise : lieu d'échanges  
et d'activités petite enfance  
Pause parents  
Philatélie  
Vie de quartier

**ACTIVITÉS  
MUSICALES**

**CHANT ..... 89**

Chant  
Chant arabo-andalou  
Chant collectif  
Chant individuel  
Chant: les Z'enchanteurs  
Chants du monde, rythme  
et percussions corporelles  
Chœur hommes  
Chorale  
Chorale : chant du monde  
Chorale : chant polyphonique  
Chorale : Choeur Francis  
Poulenc  
Chorale : Choeur mixte  
figuenotes  
Chorale : Gospelize it  
Chorale : Mélodique (mixte,  
répertoire varié)  
Chorale chants divers  
ou d'ailleurs  
Chorale Coup D'Choeur  
Chorale gospel  
Chorale grecque  
Chorale Jivana (chants russes  
ukrainiens et tziganes)  
Chorale pop  
Chorale tous styles  
Chorale variétés  
Chorale VOX  
Ensemble arabo-andalou  
Ensemble vocal  
Gospel  
Groupe vocal a capella, beatbox  
Groupe vocal Jazzvoxx

**CRÉATIONS MUSICALES .... 91**

Comédie musicale  
Ensemble instrumental :  
musique traditionnelle  
Ensemble musical  
arabo-andalou  
Fabrique : ateliers libres  
de découverte MAO,  
enregistrement studio,  
écriture musicale, mixage  
Fabrique sonore  
Jazz : approche impro  
Jazz : Why Notes  
Orchestre Jazz New Orléans  
Orchestre Salsa

**ÉVEIL MUSICAL ..... 92**

Bambins musiciens  
Culture musicale, analyse  
de partitions et harmonie  
Éveil musical  
Éveil musical et corporel  
parents/enfants  
Formation musicale, solfège  
Les balades musicales  
Rythme spécial batteur  
Zumbini

**INSTRUMENTS DE MUSIQUE... 98**

Accordéon  
 Accordéon chromatique  
 Accordéon diatonique  
 Bandonéon  
 Batterie  
 Batucada  
 Darbouka (percussion orientale)  
 Ensemble instrumental  
 Flûte à bec  
 Flûte à bec, guitare, violon  
 Flûte traversière  
 Guitare  
 Guitare : rumba catalane  
 Guitare électrique  
 Guitare et basse  
 Guitare jazz, blues,  
 électrique, basse  
 Guitare, chant et solfège  
 Guitares classique et électrique  
 (improvisations jazz, blues  
 et flamenco)  
 Les apprentis fanfarons  
 Orchestre (instruments à cordes  
 et à vents)  
 Orchestre cuivres et chœurs  
 Orchestre d'accordéon  
 diatonique  
 Percussions  
 Percussions africaines  
 Percussions antillaises  
 Percussions brésiliennes  
 Percussions et danses antillaises  
 Percussions orientales  
 Piano  
 Saxophone  
 Solfège spécial guitare  
 Steel-drum  
 Taiko (tambours japonais)  
 Ukulélé  
 Ukulélé en chantant  
 Violon  
 Violon, violon alto

**ACTIVITÉS  
PHYSIQUES ET  
DÉTENTE****ARTS MARTIAUX ..... 99  
ET SPORTS D'OPPOSITION**

Aïkido  
 Art martial russe  
 Boxe  
 Boxe anglaise  
 Boxe anglaise au féminin  
 Boxe danse  
 Boxe éducative  
 Boxe éducative, kick boxing  
 Boxe et renforcement cardio  
 au féminin  
 Boxe et self défense  
 Boxe française, kick boxing  
 Boxe thaï  
 Capoeira  
 Capoeira Angola  
 Escrime de spectacle  
 Escrime et reconstitution  
 médiévale  
 Escrime historique  
 Full contact  
 Iaido  
 Judo  
 Karaté  
 Karaté shotokan  
 Kung Fu Hung Gar  
 MMA (Mixte Martial Art)  
 Ninjutsu  
 Préparation physique  
 aux arts martiaux  
 Sabre thaïlandais  
 Sambo  
 Self défense  
 Self défense et krav-maga  
 Shorinji kempo  
 Silat  
 Taekwondo  
 Tennis de table Âge d'Or  
 Viet Vo dao  
 Viet Vo dao Zen  
 Wing Tsun Kung Fu

**ÉVEIL CORPOREL ..... 104  
ET CÉRÉBRAL**

Baby gym  
 Baby sport  
 Éveil corporel  
 Éveil corporel et cérébral  
 Mobilité (développement  
 général des capacités  
 physiques et mentales)  
 Motricité

**GYMNASTIQUE ..... 105  
ET DISCIPLINES ASSOCIÉES**

Abdos fessiers  
 Abdos fessiers et étirements  
 Acro yoga  
 Assouplissement  
 Atelier bien vieillir  
 Baby sport  
 Body pump  
 Body sculpt  
 Cardio dance et renforcement  
 musculaire au féminin  
 Cardio fitness  
 Circuit training  
 Cuisses abdos fessiers  
 Danse fitness  
 Entraînement fractionné de  
 haute intensité (HIIT : High  
 Intensity Interval Training)  
 Fit boxing  
 Fit dance  
 Fitflamc (fitness + flamenco)  
 Fitness abdos fessiers  
 Fitness au féminin  
 Full body  
 Générations sportives  
 Gymnastique  
 Gymnastique (adaptée aux  
 diabétiques et aux obèses)  
 Gymnastique Âge d'Or  
 Gymnastique d'entretien  
 Gymnastique d'entretien et  
 stretching  
 Gymnastique douce  
 Gymnastique douce et  
 stretching  
 Gymnastique équilibre séniors  
 Gymnastique fondamentale  
 Gymnastique globale  
 Gymnastique rythmique et  
 sportive (GRS)  
 Gymnastique santé  
 Gymnastique tonique

Hiit (cardio training) au féminin  
Kid gym  
Maintien et assouplissement  
Marche, gymnastique et yoga en extérieur  
Méthode Feldenkrais  
Méthode Feldenkrais (en équilibre)  
Multi sports  
Mumfit  
Penchak Silat traditionnel  
Penchak Silat, self défense  
Pilates  
Pilates et stretching  
Pilates Mat  
Postural ball  
Qi gong  
Qi gong, Taï Chi  
Renforcement haut du corps au féminin  
Renforcement musculaire  
Renforcement musculaire abdo fessiers  
Renforcement musculaire et barre à terre  
Sports santé  
Step  
Step cardio  
Step cardio au féminin  
Stretching  
Stretching et relaxation  
Stretching postural  
Training debout  
Zumba  
Zumba fitness au féminin  
Zumba strong

**RELAXATION ..... 119  
ET DISCIPLINES ASSOCIÉES**

Barre à terre  
Brighter Minds  
Danse bien-être et en conscience  
Fit boxing  
Méditation  
Méditation et bien-être  
Méditation et gestion du stress  
Méditation et relaxation  
Méditation et yoga tibétain  
Méditation pleine conscience  
Qi gong  
Qi gong, Taï Chi santé  
Relaxation  
Rire et sophrologie  
Sophrologie  
Sophrologie et méditation pleine conscience  
Sophrologie et pratiques artistiques  
Sophrologie relaxation  
Stretching  
Tai Chi Chuan  
Vini Hatha yoga  
Vini yoga  
Yoga  
Yoga adapté (sur chaise)  
Yoga adapté (sur chaise) et pratiques douces sur tapis  
Yoga Ashtanga  
Yoga détente  
Yoga du rire  
Yoga Hatha  
Yoga Pilates  
Yoga postural  
Yoga Sivananda  
Yoga Vinyasa

**ACTIVITÉS  
SOLIDARITÉ,  
MÉDIATION ET  
PARTAGE**

**AIDES À LA SCOLARITÉ ..... 116**

Accompagnement à la scolarité  
Accompagnement à la scolarité (Re-création)

**AUTRES AIDES ..... 117**

Atelier mémoire  
Micro crèche baby car

**ACTIVITÉS  
TECHNOLOGIE DE  
L'INFORMATION,  
SCIENCES ET  
DIVERS**

**EXPÉRIENCES ..... 119  
SCIENTIFIQUES**

Animations scientifiques et ludiques  
Ateliers des petits débrouillards  
Club sciences  
Sciences amusantes

**INFORMATIQUE, ..... 119  
INTERNET ET EPI**

Accompagnement numérique  
Atelier de soutien numérique  
Informatique  
Informatique et internet  
Initiation à la programmation



# ACTIVITÉS ARTISTIQUES

- ARTISANAT D'ART
- ARTS GRAPHIQUES ET PLASTIQUES
- CINÉMA, VIDÉO
- PHOTOGRAPHIE

**ARTISANAT D'ART**
**Art floral**

Adultes, tous niveaux,  
lundi 10:00-11:30,  
mardi 16:30-18:00, 18:15-19:45  
☞ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

**Modelage**

Enfants 3-6 ans accompagnés  
d'un parent, tous niveaux,  
mercredi 9:45-10:45  
☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Enfants 6-9 ans,  
lundi 17:00-18:00  
☞ **François Villon**  
Les Cévennes

Enfants 6-11 ans, tous niveaux,  
mercredi 11:00-12:00  
☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

**Mosaïque**

Adultes, tous niveaux,  
samedi 9:30-17:00,  
dimanche 9:30-17:00,  
neuf week-ends  
☞ **L'Escouteire**  
Prés d'Arènes

**Peinture sur porcelaine**

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
lundi 18:00-20:00  
☞ **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

Adultes, tous niveaux,  
lundi 14:30-17:30,  
mardi 14:00-16:00  
☞ **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 9:00-18:00  
☞ **Léo Lagrange**  
Mosson

**Peinture sur porcelaine :  
technique américaine**

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 9:30-17:30,  
vendredi 9:30-12:30,  
une fois par mois  
☞ **L'Escouteire**  
Prés d'Arènes

**Peinture sur porcelaine :  
technique traditionnelle**

Adultes, tous niveaux,  
lundi 14:00-16:30,  
mardi 14:00-17:00,  
mercredi 9:30-12:30  
☞ **L'Escouteire**  
Prés d'Arènes

**Peinture sur porcelaine :  
techniques modernes**

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 9:30-17:30,  
une fois par mois  
☞ **L'Escouteire**  
Prés d'Arènes

**Peinture sur verre**

Adultes, tous niveaux,  
vendredi 9:30-16:30,  
une fois par mois  
☞ **L'Escouteire**  
Prés d'Arènes

**Poterie**

Enfants 6-10 ans, tous niveaux,  
mercredi 14:00-15:00  
☞ **L'Escouteire**  
Prés d'Arènes

Enfants 8-12 ans, tous niveaux,  
mercredi 9:15-10:45, 10:45-12:15  
☞ **Marie Curie**  
Mosson

Adolescents 11-17 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 15:00-16:30  
☞ **L'Escouteire**  
Prés d'Arènes

Adultes, tous niveaux,  
mardi 14:00-16:00, 16:00-18:00,  
18:00-20:00,  
mercredi, 9:30-11:30, 12:00-14:00,  
17:00-19:00, 19:00-21:00,  
jeudi, 9:30-11:30, 13:30-15:30,  
15:30-17:30, 17:30-19:30  
☞ **L'Escouteire**  
Prés d'Arènes

**Poterie, modelage**

Enfants 6-11 ans, tous niveaux,  
lundi 16:45-17:45  
☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
lundi 17:45-19:45  
☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

**Poterie, sculpture**

Adultes,  
lundi 18:00-20:00  
☞ **François Villon**  
Les Cévennes



## Reliure

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 14:00-17:00

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

## Reliure et restauration de livres anciens

Adultes, tous niveaux,  
lundi 14:00-17:00

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

## Sculpture et modelage

Enfants à partir de 6 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 10:30-12:00

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mardi 18:30-21:00

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 14:00-16:00, 16:15-18:45

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

## Sculpture sur bois

Adultes,  
jeudi 9:00-12:00

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

## Sculpture sur terre

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mardi 12:30-14:30, 14:30-17:00,  
17:45-19:45

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Adultes, tous niveaux,  
lundi 9:30-12:00, 13:15-15:45,  
vendredi 8:45-11:15

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

## Tissage et création textile

Enfants, adolescents 8-14 ans,  
mercredi 10:00-12:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Adultes,  
lundi 18:00-20:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

## Vitrail méthode Tiffany

Adultes, tous niveaux,  
vendredi 14:00-17:00

📍 **L'Escoutaire**  
Près d'Arènes

## ARTS GRAPHIQUES ET PLASTIQUES

### Aquarelle

Adultes, tous niveaux,  
lundi 14:00-16:00

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adultes, tous niveaux,  
mardi 9:30-11:30, 14:00-15:30

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

### Arts plastiques

Enfants 6-8 ans,  
mercredi 14:00-15:00

📍 **L'Escoutaire**  
Près d'Arènes

Enfants 7-12 ans, tous niveaux,  
mercredi 14:00-15:30

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Enfants 7-8 ans, tous niveaux,  
mercredi 10:30-11:30

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Enfants 7-12 ans,  
mercredi 16:00-17:30

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

Enfants 8-12 ans,  
mercredi 17:00-18:30

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Enfants 9-10 ans, tous niveaux,  
mercredi 9:30-10:30

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Enfants 9-12 ans, tous niveaux,  
mercredi 14:00-17:00

séances de 1h, 1h30, 2h ou 3h

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

Enfants 9-12 ans,  
mercredi 15:00-16:30

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Enfants, adolescents 8-13 ans,  
tous niveaux,  
jeudi 17:00-18:30

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Adultes, niveaux intermédiaire,  
confirmé,  
mercredi 9:00-12:00

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Adultes,  
mardi 9:00-11:30, 9:00-12:00

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Tout public, tous niveaux,  
lundi 14:00-16:00 séance de 1h,  
1h30, 2h ou 3h

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

## Bande dessinée, manga

Enfants, adolescents à partir  
de 9 ans, tous niveaux,  
mercredi 18:30-20:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

## Calligraphie chinoise

Tout public à partir de 7 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 9:30-11:00

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

Adultes, tous niveaux,  
vendredi 9:30-11:00

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

## Carnet de voyage : dessin, aquarelle, encre de chine

Adultes, tous niveaux,  
mercredi 12:00-14:00,  
vendredi 14:00-16:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

## Dessin

Adolescents, adultes,  
niveau débutant,  
mercredi 18:30-20:30

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

## Dessin animé

Enfants 6-12 ans,  
mercredi 10:00-11:00

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

## Dessin et techniques mixtes

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 9:30-11:30, 14:00-16:00

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

## Dessin libre d'après modèle vivant

Adultes,  
niveaux intermédiaire, confirmé,  
mardi 20:15-22:15

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

## Dessin, bande dessinée, manga

Enfants 7-10 ans, tous niveaux,  
mercredi 13:00-14:30

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Enfants 8-10 ans, tous niveaux,  
mercredi 10:00-11:30

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

Enfants, adolescents 9-15 ans,  
tous niveaux,  
jeudi 17:30-18:30

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Enfants, adolescents à partir  
de 9 ans, tous niveaux,  
samedi 14:00-18:00,  
1<sup>er</sup> samedi du mois  
et des vacances scolaires

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Adolescents 10-18 ans,  
tous niveaux,  
samedi 10:00-12:00

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Adolescents 11-18 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 16:30-18:30

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Tout public à partir de 14 ans,  
tous niveaux,  
lundi 20:00-21:30

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

## Dessin, illustration et bande dessinée

Adultes, tous niveaux,  
lundi 14:00-16:00

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

## Dessin, peinture

—  
Enfants 7-12 ans, tous niveaux,  
mercredi 17:30-18:30

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

—  
Enfants 7-12 ans,  
mercredi 15:00-16:30

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

—  
Tout public à partir de 12 ans,  
tous niveaux,  
samedi 9:00-13:00 1er  
samedi du mois et des vacances  
scolaires

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

—  
Tout public à partir de 13 ans,  
mercredi 19:00-21:00

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

—  
Adultes, niveau débutant,  
lundi 9:00-12:00,  
mardi 9:00-12:00

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

—  
Adultes, niveau intermédiaire,  
lundi 13:30-16:30

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

—  
Adultes, tous niveaux,  
jeudi 19:00-21:00

📍 **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

—  
Adultes, tous niveaux,  
lundi 19:30-21:30

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

—  
Adultes, tous niveaux,  
vendredi 10:00-12:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Adultes, tous niveaux,  
vendredi 12:00-14:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

—  
Adultes,  
lundi 14:00-16:00

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

## Dessin, peinture et histoire de l'art

—  
Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
lundi 14:00-17:00

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

—  
Adultes, tous niveaux,  
lundi 17:00-19:00

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

## Dessin, peinture et mosaïque

—  
Enfants 6-12 ans, tous niveaux,  
mercredi 16:30-18:30

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

## Dessin, peinture, aquarelle, fusain

—  
Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mardi 17:45-19:45

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

## Dessin, peinture, modelage

—  
Enfants 4-7 ans, tous niveaux,  
mercredi 16:30-17:30

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

## Dessin, peinture, peinture à l'huile

—  
Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mardi 10:00-12:00,  
jeudi 15:00-17:00

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

—  
Adultes, tous niveaux,  
lundi 19:00-21:00

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

## Digital painting

—  
Tout public à partir de 12 ans,  
tous niveaux,  
vendredi 18:30-20:30

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

## Faire son livre-jeu, le livre dont vous êtes le héros

—  
Adolescents 12-17 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 18:00-19:30,  
si possible venir avec  
un ordinateur

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes, tous niveaux,  
jeudi 18:00-19:30,  
si possible venir avec  
un ordinateur

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

## Les Petites Mains

—  
Tout-petits 2-3 ans,  
tous niveaux,  
mardi 10:00-11:00,  
une fois par mois

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

## Manga

Tout public à partir de 8 ans,  
samedi 10:00-12:00

📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

Adolescents 10-18 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 13:30-15:30

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adolescents 10-18 ans,  
tous niveaux,  
vendredi 17:45-19:45

📍 **Marie Curie**  
Mosson

## Origami

Tout public, tous niveaux,  
jeudi 17:00-18:30

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

## Pastel

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 9:00-11:30

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

## Peinture

Tout-petits, niveau débutant,  
mardi 9:30-10:15, 10:30-11:15,  
jeudi 9:30-10:15, 10:30-11:15

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

Enfants 6-12 ans,  
mercredi 10:00-11:30

📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, tous niveaux,  
mardi 14:00-16:00, 19:00-21:00

📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, tous niveaux,  
mardi 14:00-17:00, 16:00-19:00

📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, niveau confirmé,  
lundi 14:00-16:00

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

## Peinture à l'huile et acrylique

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 12:45-14:45, 14:45-16:45

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

## Peinture et histoire de l'art

Adultes, tous niveaux,  
lundi 9:30-12:00,  
vendredi 9:30-12:00, 13:00-15:30

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

## Pop-up

Tout public à partir de 15 ans,  
mardi 19:00-20:30

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

## CINÉMA, VIDÉO

### Film d'animation

Enfants 5-7 ans, tous niveaux,  
mercredi 9:45-10:45

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Enfants 7-12 ans,  
mardi 17:00-18:30

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Enfants 8-12 ans, tous niveaux,  
mercredi 11:00-12:30

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

### Montage vidéo de fictions, reportages et documentaires

Adultes,  
mardi 20:00-23:00

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

## PHOTOGRAPHIE

### Photo argentique et numérique

Adolescents, adultes,  
niveau débutant,  
mercredi 18:30-20:30

📍 **Boris Vian**

Prés d'Arènes

Adolescents, adultes,  
niveau confirmé,  
mardi 16:30-18:30, 18:30-20:30

📍 **Boris Vian**

Prés d'Arènes

### Photo numérique

Adolescents, adultes,  
niveau débutant,  
jeudi 16:30-18:30

📍 **Mélina Mercouri**

Port-Marianne

Adolescents, adultes,  
niveaux intermédiaire, confirmé,  
jeudi 14:15-16:15

📍 **Mélina Mercouri**

Port-Marianne





# ACTIVITÉS DANSES

- DANSES CLASSIQUES ET DANSES MODERNES
- DANSES DE SALON ET DANSES DE COUPLE
- DANSES DU MONDE
- DANSES TRADITIONNELLES ET RÉGIONALES
- DANSES URBAINES ET CONTEMPORAINES
- ÉVEIL DANSE

**DANSES  
CLASSIQUES ET  
DANSES  
MODERNES**
**Barre classique et étirements**

Adultes, niveau débutant,  
jeudi 12:30-13:30

☎ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

**Break dance**

Enfants à partir de 8 ans,  
adolescents, niveau débutant,  
mardi 17:30-19:00

☎ **Marie Curie**  
Mosson

Enfants, adolescents 8-14 ans,  
niveau débutant,  
samedi 13:00-14:30

☎ **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

**Classique**

Enfants 6-7 ans,  
mercredi 14:00-15:00

☎ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Enfants 6-8 ans,  
niveaux débutant, intermédiaire,  
mercredi 13:45-14:45

☎ **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Enfants 6-8 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 17:00-18:00

☎ **George Sand**  
Montpellier-Centre

Enfants 8-10 ans,  
mercredi 15:15-16:15

☎ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Enfants 8-10 ans,  
mercredi 11:00-12:00

☎ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Enfants 9-10 ans,  
niveau intermédiaire,  
lundi 17:30-19:00

☎ **George Sand**  
Montpellier-Centre

Enfants 9-12 ans,  
mercredi 9:00-10:00

☎ **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Enfants 11-13 ans,  
niveau intermédiaire,  
mercredi 18:00-19:00 pointes

☎ **George Sand**  
Montpellier-Centre

Adolescents, adultes,  
niveau confirmé,  
mercredi 19:00-21:00

☎ **George Sand**  
Montpellier-Centre

Tout public à partir de 16 ans,  
samedi 13:00-14:00

☎ **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

**Danse**

Enfants 4-7 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 14:00-15:00

☎ **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Enfants 6-7 ans,  
niveau débutant,  
jeudi 17:15-18:15

☎ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

**Danse bien-être**

Tout public à partir de 6 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 15:30-17:30

☎ **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

**Danse en talons**

Adolescents, adultes,  
niveaux débutant, intermédiaire,  
lundi 19:00-20:30

☎ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Adultes, niveau débutant,  
jeudi 19:00-20:30

☎ **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Adultes, niveau intermédiaire,  
lundi 19:00-20:30

☎ **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

**Danse maman/bébé**

Tout-petits, adultes,  
jeudi 16:00-17:00

☎ **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

**Danse moderne**

Enfants 8-10 ans,  
niveau intermédiaire,  
lundi 17:15-18:15

☎ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

**Fit ballet (mélange de  
danse classique et de  
fitness)**

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
lundi 19:00-20:15

☎ **George Sand**  
Montpellier-Centre



## Jazz

—  
Enfants 8-9 ans,  
mercredi 16:15-17:15  
📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

—  
Enfants à partir de 9 ans,  
adolescents, niveaux débutant,  
intermédiaire,  
mercredi 17:15-18:45  
📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

## Lyrical Jazz

—  
Adultes, tous niveaux,  
lundi 20:30-22:00  
📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

## Modern jazz

—  
Enfants 6-7 ans,  
mercredi 16:25-17:25  
📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

—  
Enfants 6-7 ans,  
mercredi 10:00-11:00  
📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Enfants 6-7 ans, débutants,  
mercredi 14:00-15:00  
📍 **Boris Vian**  
Près d'Arènes

—  
Enfants 6-8 ans, niveau  
débutant,  
mardi 17:00-18:00,  
mercredi 13:15-14:15  
📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

—  
Enfants 8-10 ans,  
mercredi 11:00-12:30  
📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Enfants 8-10 ans,  
mercredi 11:00-12:00  
📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Enfants 8-10 ans, tous niveaux,  
mardi 17:30-19:00  
📍 **Boris Vian**  
Près d'Arènes

—  
Enfants 8-12 ans, niveaux  
débutant, intermédiaire,  
mardi 18:15-19:15  
📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

—  
Enfants 9-11 ans,  
vendredi 17:15-18:15  
📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Enfants 9-12 ans, niveau  
intermédiaire,  
mardi 18:10-19:10,  
mercredi 14:15-15:30  
📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

—  
Enfants 10-12 ans,  
mercredi 15:00-16:30  
📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Adolescents 12-15 ans,  
mercredi 16:30-18:00  
📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Adolescents 12-16 ans, niveau  
intermédiaire,  
mercredi 15:30-17:00  
📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

—  
Adolescents, niveau débutant,  
jeudi 17:30-18:30  
📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

—  
Tout public à partir de 12 ans,  
vendredi 18:30-20:00  
📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, niveau intermédiaire,  
mardi 20:00-21:30  
📍 **Boris Vian**  
Près d'Arènes

—  
Adultes, niveaux intermédiaire,  
confirmé,  
jeudi 19:00-20:30  
📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Adultes, tous niveaux,  
lundi 19:30-21:00  
📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

## Multi danses classique et jazz

—  
Enfants 9-12 ans,  
niveaux débutant, intermédiaire,  
mercredi 14:45-16:15  
📍 **L'Escouteire**  
Près d'Arènes

## Portage parent/bébé

—  
Tout-petits, adultes,  
tous niveaux,  
mercredi 11:00-12:00  
📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Tout-petits, adultes,  
tous niveaux,  
vendredi 9:30-10:30,  
une fois par mois  
📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

**Prénatale**

Adultes, tous niveaux,  
mercredi 18:00-19:00

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, tous niveaux,  
vendredi 10:45-11:45,  
une fois par mois

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

Adultes,  
jeudi 14:00-15:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

**Street dance**

Enfants 10-12 ans, tous niveaux,  
mercredi 15:00-16:00

📍 **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

Adolescents à partir de 11 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 13:30-14:30

📍 **Georges Brassens**  
Mosson

**DANSES DE SALON  
ET DANSES DE  
COUPLE**

**Carolina shag**

Tout public, tous niveaux,  
mardi 21:30-22:30

📍 **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

**Danse de salon et danse  
de couple**

Adultes, niveau débutant,  
mercredi 19:00-20:30

📍 **Marie Curie**  
Mosson

Adultes, niveau confirmé,  
mercredi 20:30-22:00

📍 **Marie Curie**  
Mosson

**Danse du 19e siècle**

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 19:00-20:30

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

**Danse en ligne**

Adultes, niveau débutant,  
mardi 19:15-20:45

📍 **Marie Curie**  
Mosson

**Danses de salon**

Adultes, niveau débutant,  
mardi 20:30-22:00

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adultes, niveau intermédiaire,  
jeudi 20:30-22:00

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

**Kizomba**

Adultes, niveau débutant,  
lundi 21:00-22:00

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Adultes, niveaux intermédiaire,  
confirmé,  
mercredi 20:45-21:45

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

**Lindy hop**

Adultes, niveau débutant,  
lundi 20:00-21:00

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Adultes, niveau débutant,  
mardi 20:00-21:00

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Adultes, niveau débutant,  
jeudi 19:00-20:00

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adultes, niveau intermédiaire,  
lundi 21:00-22:00

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Adultes, niveau intermédiaire,  
mardi 21:00-22:00

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
lundi 22:00-23:00

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

## Lindy hop, charleston

Adolescents, adultes, niveaux débutant, intermédiaire, lundi 19:45-20:45

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Adultes, niveaux débutant, intermédiaire, lundi 20:45-21:45, 21:45-22:45

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

## Rock

Adultes, niveau débutant, mardi 19:00-20:00

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Adultes, niveau débutant, mercredi 19:00-20:00

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Adultes, niveau intermédiaire, mardi 20:00-21:00

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Adultes, niveau intermédiaire, mercredi 20:00-21:00

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

## Salsa

Adolescents, adultes, niveau débutant, lundi 20:15-21:15

📍 **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

Adultes, niveau intermédiaire, mercredi 19:30-20:30

📍 **Georges Brassens**  
Mosson

## Salsa rueda casino

Adolescents, adultes, niveau intermédiaire, lundi 20:00-21:00

📍 **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

Adolescents, adultes, niveau confirmé, lundi 21:00-22:00

📍 **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

## Solo swing

Adultes, niveau débutant, mardi 18:00-19:00, 19:00-20:00

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux, lundi 12:30-13:30

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

## Swing

Adultes, niveau intermédiaire, mercredi 20:30-21:30

📍 **Georges Brassens**  
Mosson

## Tango

Adultes, tous niveaux, mardi 20:30-22:00

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

## Tango argentin

Adultes, mardi 19:30-21:00, 21:00-22:30

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

## Thé dansant

Seniors, tous niveaux, dimanche 14:30-17:30, deuxième dimanche du mois

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

## West coast swing

Tout public, tous niveaux, mardi 20:30-21:30

📍 **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

## DANSES DU MONDE

### Africaine

Tout public à partir de 12 ans, tous niveaux, mercredi 19:00-20:15, 20:20-21:35

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux, lundi 19:30-21:00

📍 **Georges Brassens**  
Mosson

Adultes, tous niveaux, mardi 19:00-20:25

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adultes, tous niveaux, jeudi 20:00-21:30

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

### Afro dance

Enfants à partir de 6 ans, tous niveaux, mercredi 9:30-10:30

📍 **Fanfonne Guillierme**  
Les Cévennes

### Afro zumba

—  
Adultes, tous niveaux,  
mercredi 19:30-21:00  
☞ **Fanfonne Guillaume**  
Les Cévennes

### Bollywood

—  
Adolescents, adultes,  
niveaux débutant, intermédiaire,  
jeudi 19:30-20:30  
☞ **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Adolescents, adultes,  
niveau confirmé,  
jeudi 20:30-21:30  
☞ **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
lundi 19:30-20:30  
☞ **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

—  
Adultes, niveau intermédiaire,  
jeudi 20:30-21:30  
☞ **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

### Bollywood semi- classique et création chorégraphique

—  
Tout public à partir de 12 ans,  
niveaux intermédiaire, confirmé,  
mardi 20:30-21:30  
☞ **Fanfonne Guillaume**  
Les Cévennes

### Country line dance

—  
Adultes, niveau débutant,  
samedi 15:00-16:00,  
une fois par mois  
☞ **L'Escouteire**  
Prés d'Arènes

—  
Adultes, niveau confirmé,  
samedi 16:00-17:00, 17:00-  
18:00, 18:00-19:00,  
une fois par mois  
☞ **L'Escouteire**  
Prés d'Arènes

### Danses du monde

—  
Enfants 4-12 ans, tous niveaux,  
mercredi 12:45-13:45  
☞ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

—  
Enfants 4-11 ans, tous niveaux,  
mercredi 17:00-18:00  
☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

—  
Tout public à partir de 12 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 18:00-19:00  
☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes,  
samedi 15:15-22:00,  
une fois par mois  
☞ **L'Escouteire**  
Prés d'Arènes

### Flamenco

—  
Enfants 4-6 ans,  
mardi 17:15-18:15  
☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

—  
Enfants à partir de 7 ans,  
adolescents, niveau débutant,  
mercredi 17:30-18:15  
☞ **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Tout public à partir de 6 ans,  
niveau débutant,  
lundi 18:00-19:00 avec guitariste  
☞ **Léo Lagrange**  
Mosson

—  
Tout public à partir de 6 ans,  
niveau confirmé,  
lundi 19:00-20:30 avec  
guitariste  
☞ **Léo Lagrange**  
Mosson

—  
Tout public à partir de 7 ans,  
niveau intermédiaire,  
mercredi 18:30-19:30  
☞ **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

—  
Adultes, niveau débutant,  
mercredi 20:15-21:15  
☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes, niveaux intermédiaire,  
confirmé,  
mercredi 19:15-20:15  
☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes, tous niveaux,  
mardi 19:15-20:15  
☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

—  
Tout public,  
mercredi 20:30-21:45,  
19:00-20:15  
☞ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

### Flamenco, Sévillane

—  
Enfants, adolescents, niveau  
confirmé,  
mercredi 19:30-20:30  
☞ **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

## Flamindi

—  
Adultes, niveau débutant,  
mardi 18:15-19:15

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

## Indienne

—  
Enfants 6-10 ans, niveau  
débutant,  
mercredi 16:00-17:00

📍 **Marie Curie**  
Mosson

—  
Adultes, tous niveaux,  
lundi 19:00-20:30

📍 **Albertine Sarrazin**  
Montpellier-Centre

## Indienne Bollywood

—  
Adultes, tous niveaux,  
mardi 20:00-21:00

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

## Indienne Odissi

—  
Adolescents, adultes, niveau  
débutant,  
mardi 18:50-19:50

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

—  
Adolescents, adultes, niveau  
confirmé,  
mardi 17:45-18:45

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

—  
Tout public à partir de 12 ans,  
niveaux intermédiaire, confirmé,  
mardi 19:15-20:30

📍 **Fanfonne Guillierme**  
Les Cévennes

## Orientale

—  
Enfants 5-12 ans,  
mercredi 18:00-19:00

📍 **L'Escoutaire**  
Près d'Arènes

—  
Adolescents, adultes, niveau  
débutant,  
mardi 18:30-20:00

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Adolescents, adultes, niveau  
confirmé,  
jeudi 12:15-13:45

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Adultes, niveau débutant,  
jeudi 19:30-20:30

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

—  
Adultes, niveau débutant,  
vendredi 12:30-13:30

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

—  
Adultes, niveau confirmé,  
jeudi 18:30-19:30

📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Adultes, tous niveaux,  
lundi 18:30-20:30

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes, tous niveaux,  
mercredi 19:30-20:45

📍 **L'Escoutaire**  
Près d'Arènes

—  
Tout public à partir de 12 ans,  
niveau débutant,  
jeudi 19:00-20:00

📍 **Fanfonne Guillierme**  
Les Cévennes

—  
Tout public, niveau débutant,  
mardi 18:00-19:00

📍 **Jean-Pierre Cailless**  
Près d'Arènes

—  
Tout public,  
lundi 17:30-19:00

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

## Orientale égyptienne

—  
Adolescents, adultes, niveau  
débutant,  
lundi 18:20-19:20

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

—  
Adolescents, adultes, niveau  
intermédiaire,  
mardi 19:30-20:30

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

—  
Adolescents, adultes, niveau  
confirmé,  
lundi 20:30-21:30

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

—  
Adultes, niveau confirmé,  
mardi 20:30-21:30

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

## Salsa

—  
Adultes, niveau débutant,  
mercredi 19:15-20:15

📍 **Jean-Pierre Cailless**  
Près d'Arènes

—  
Adultes, niveau débutant,  
mercredi 21:00-22:00

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Adultes, niveau confirmé,  
mercredi 20:15-21:15, 21:15-22:15

📍 **Jean-Pierre Caillens**  
Près d'Arènes

Adultes, tous niveaux,  
mardi 12:00-13:00, 13:00-14:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

### Salsa cubaine

Adolescents, adultes, niveau  
débutant,  
jeudi 20:00-21:00

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Adultes, niveau intermédiaire,  
jeudi 21:00-22:00

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

### Samba brésilienne

Adultes,  
lundi 19:30-20:30

📍 **Fanfonne Guillierme**  
Les Cévennes

Adultes,  
jeudi 20:00-21:00

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

### Sévillane

Tout public à partir de 7 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 17:30-18:30

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

### Sévillane et rumba

Tout public à partir de 7 ans,  
niveaux intermédiaire, confirmé,  
mercredi 19:15-20:30

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

## DANSES TRADITIONNELLES ET RÉGIONALES

### Country line dance

Adolescents, adultes,  
niveau débutant,  
mercredi 19:00-20:00

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adolescents, adultes,  
niveau intermédiaire,  
mercredi 20:00-21:00

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adolescents, adultes,  
niveau confirmé,  
mercredi 21:00-22:00

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

### Danse traditionnelle et folklore du Massif Central

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 14:00-16:30

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

### Danse du 19<sup>e</sup> siècle

Adultes, tous niveaux,  
vendredi 18:30-19:30,  
19:30-21:00,  
une fois par quinzaine

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

### Danse, musique et chant traditionnels du Portugal

Tout public, niveau  
intermédiaire,  
dimanche 10:00-12:00,  
deux dimanches par mois

📍 **Marie Curie**  
Mosson

### Danses en ligne et folkloriques

Adultes, tous niveaux,  
vendredi 14:15-16:15

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

### Écossaises

Tout public, tous niveaux,  
mardi 20:00-22:00

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

### Grecque

Adultes, niveau débutant,  
jeudi 18:30-19:30

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Adultes, niveau confirmé,  
jeudi 20:30-22:30

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

### Line dance

Adolescents, adultes,  
niveau débutant,  
jeudi 18:30-19:30

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Adolescents, adultes,  
niveau confirmé,  
mardi 19:30-22:00

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

## Traditionnelles

Adultes, tous niveaux,  
mercredi 20:00-22:00

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

## Traditionnelles folkloriques

Adultes, tous niveaux,  
lundi 14:00-16:00

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

## DANSES URBAINES ET CONTEMPORAINES

### Afrodance

Adolescents à partir de 14 ans,  
samedi 14:30-16:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

### Break dance

Enfants 6-12 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 16:00-17:00

📍 **Louis Feuillade**  
Mosson

Enfants à partir de 7 ans,  
adolescents, tous niveaux,  
mercredi 13:00-14:30,  
14:30-16:00

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

Enfants à partir de 8 ans,  
adolescents,  
mercredi 17:00-18:30

📍 **François Villon**  
Les Cévennes

Enfants, adolescents 6-13 ans,  
lundi 17:30-19:00

📍 **L'Escoutaire**  
Près d'Arènes

Enfants, adolescents 6-14 ans,  
tous niveaux,  
vendredi 17:30-19:00

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Enfants, adolescents 6-17 ans,  
niveau confirmé,  
mercredi 17:00-19:00

📍 **Louis Feuillade**  
Mosson

Enfants à partir de 7 ans,  
adolescents, niveau débutant,  
vendredi 16:45-18:00

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Enfants, adolescents 8-14 ans,  
lundi 17:30-19:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Enfants, adolescents 8-14 ans,  
tous niveaux,  
jeudi 18:20-19:50

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Enfants, adolescents 8-14 ans,  
niveau débutant,  
mardi 19:00-22:30

📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

### Break dance training libre

Tout public, niveau confirmé,  
mardi 19:30-22:30,  
jeudi 18:30-21:30,  
dimanche 14:00-18:00

📍 **François Villon**  
Les Cévennes

## Contemporaine

Enfants 4-5 ans,  
mardi 17:00-18:00

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Enfants 5-6 ans,  
mardi 18:00-19:00

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Enfants 6-8 ans,  
lundi 18:00-19:00

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Enfants 8-12 ans, tous niveaux,  
lundi 17:30-18:30

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

Enfants, adolescents 8-14 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 16:00-17:00

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mercredi 19:15-20:30

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
lundi 18:15-19:45

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

Adultes, tous niveaux,  
samedi 10:00-11:30

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Tout public, tous niveaux,  
samedi 10:00-12:00

📍 **Jean-Pierre Caillens**  
Près d'Arènes

Adultes, seniors, tous niveaux,  
jeudi 15:00-16:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

## Corps et mouvement

—  
Adultes, tous niveaux,  
mardi 19:00-20:30  
☉ **Marie Curie**  
Mosson

## Danse popping

—  
Tout public,  
mardi 19:30-20:30  
☉ **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

## District danse

—  
Tout public, tous niveaux,  
lundi 18:00-20:00  
☉ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

## Expression corporelle

—  
Seniors, tous niveaux,  
mardi 10:00-11:00  
☉ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

## Hip hop

—  
Enfants, tous niveaux,  
mardi 17:30-18:30  
☉ **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

—  
Enfants 6-8 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 13:00-13:45  
☉ **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Enfants à partir de 9 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 13:45-14:45  
☉ **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Enfants 9-12 ans, tous niveaux,  
mercredi 17:30-18:30  
☉ **André Chamson**  
Les Cévennes

Enfants à partir de 7 ans,  
adolescents, tous niveaux,  
mardi 18:15-19:45  
☉ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

—  
Adolescents, tous niveaux,  
mardi 18:30-19:30  
☉ **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

—  
Adultes, tous niveaux,  
mardi 19:30-20:30  
☉ **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

—  
Tout public, tous niveaux,  
jeudi 18:00-20:00  
☉ **Jean-Pierre Caillens**  
Près d'Arènes

## Hip hop et break dance

—  
Enfants 7-12 ans, tous niveaux,  
vendredi 17:00-19:00  
☉ **Georges Brassens**  
Mosson

## Inclusive

—  
Tout public, tous niveaux,  
mardi 18:30-19:45, 20:00-21:15  
danse avec personne à mobilité  
réduite  
☉ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

## K-Pop

—  
Adolescents à partir de 13 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 16:00-17:30  
☉ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

—  
Adolescents, tous niveaux,  
samedi 14:00-15:00, 15:00-16:00  
☉ **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Adolescents, adultes 13-30 ans,  
mercredi 14:00-15:30  
☉ **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

—  
Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
samedi 16:00-17:30  
☉ **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

## Libre Malkowsky

—  
Tout public à partir de 16 ans,  
tous niveaux,  
lundi 18:45-20:15  
☉ **Fanfonne Guillerme**  
Les Cévennes

## Locking

—  
Tout public, niveau débutant,  
jeudi 20:00-21:00  
☉ **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

## Street dance

—  
Enfants 4-5 ans, tous niveaux,  
mercredi 11:30-12:30  
☉ **Georges Brassens**  
Mosson

—  
Enfants 6-7 ans,  
mercredi 14:30-15:30  
☉ **Georges Brassens**  
Mosson

—  
Adolescents 10-14 ans,  
tous niveaux,  
mardi 19:00-20:00  
☉ **Boris Vian**  
Près d'Arènes



## Street Jazz

Enfants 6-8 ans,  
mercredi 17:00-18:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Enfants 9-11 ans,  
mercredi 18:00-19:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Enfants, adolescents 8-14 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 15:00-16:00

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Adolescents 12-16 ans,  
tous niveaux,  
lundi 18:30-19:30

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

Adolescents à partir de 12 ans,  
mercredi 19:00-20:30

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Tout public à partir de 11 ans,  
niveau débutant,  
jeudi 19:15-20:15

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Adultes,  
jeudi 20:30-22:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

## Street jazz en talons

Tout public à partir de 16 ans,  
niveau débutant,  
vendredi 19:00-20:00

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

## ÉVEIL DANSE

### Bébé/parent

Tout-petits 12 mois-3 ans  
accompagnés d'un adulte,  
lundi 11:00-12:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Tout-petits 12 mois-3 ans  
accompagnés d'un parent,  
mercredi 9:00-9:45

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Enfants à partir de 3 ans  
accompagnés d'un adulte,  
tous niveaux,  
dimanche 10:00-11:00 une fois  
par mois à partir de janvier 2024

📍 **Marie Curie**  
Mosson

### Bébé/parent, prénatale

Tout-petits jusqu'à 4 ans  
accompagnés d'un parent,  
lundi 9:00-12:00

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

### Contemporaine

Tout-petits 2-3 ans, débutant,  
lundi 17:00-18:00

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

### Danse

Tout-petits, débutant,  
mercredi 16:00-17:00

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

Enfants 4-5 ans, débutant,  
mercredi 9:00-10:00

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Enfants 4-5 ans,  
mercredi 16:15-17:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Enfants 4-6 ans, débutant,  
mercredi 15:15-16:15

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

Enfants 5-6 ans, débutant,  
mardi 17:15-18:15,  
mercredi 9:45-10:45

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Enfants 6-7 ans, débutant,  
mercredi 10:00-11:00

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Enfants 6-8 ans, débutant,  
mercredi 14:15-15:15

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

### Éveil corporel

Tout-petits 3-4 ans,  
mercredi 10:15-11:15 deux ans et  
demi après essai réussi

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Enfants 4-7 ans, niveaux  
débutant, intermédiaire,  
mardi 17:15-18:30

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

Enfants 5-7 ans, tous niveaux,  
mercredi 9:15-10:15

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Enfants 7-9 ans, niveau  
débutant,  
mercredi 11:15-12:15

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

**Expression corporelle**

—  
Enfants 3 ans,  
mercredi 10:00-10:45

🌀 **L'Escoutaire**  
Près d'Arènes

—  
Enfants 3-5 ans,  
mercredi 10:00-11:00

🌀 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

—  
Enfants 4-5 ans,  
mercredi 11:00-11:45

🌀 **L'Escoutaire**  
Près d'Arènes

—  
Enfants 5-6 ans, niveau  
débutant,  
mercredi 11:00-12:00

🌀 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

**Modern jazz**

—  
Enfants 5 ans, débutant,  
mercredi 9:00-10:00

🌀 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

**Rythmique**

—  
Tout-petits 3 ans,  
mercredi 15:45-16:45

🌀 **George Sand**  
Montpellier-Centre

—  
Enfants 4 ans, niveau débutant,  
mercredi 14:45-15:45

🌀 **George Sand**  
Montpellier-Centre

—  
Enfants à partir de 5 ans,  
mercredi 13:45-14:45

🌀 **George Sand**  
Montpellier-Centre



# ACTIVITÉS LANGUES ET ALPHA- BÉTISATION

- ALPHABÉTISATION
- LANGUE DES SIGNES ET LANGUE UNIVERSELLE
- LANGUES ÉTRANGÈRES
- LANGUES RÉGIONALES

## ALPHABÉTISATION

### Alphabétisation

Adultes, niveau débutant,  
lundi 9:30-11:30, 14:00-16:00  
mardi 9:30-11:30, 14:00-16:00  
vendredi 9:30-11:30

📍 **Marie Curie**  
Mosson

Adultes, niveau débutant,  
lundi 18:30-20:00,  
mercredi 18:30-20:00,  
jeudi 18:30-20:00

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Adultes, niveau débutant,  
lundi 9:30-11:00,  
jeudi 9:30-11:00

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Adultes, niveau débutant,  
jeudi 9:30-11:00

📍 **Albertine Sarrazin**  
Montpellier-Centre

Adultes, niveau intermédiaire,  
lundi 9:30-11:30,  
jeudi 9:30-11:30

📍 **Marie Curie**  
Mosson

Adultes, niveau intermédiaire,  
mardi 14:00-16:00

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

Adultes, niveau confirmé,  
lundi 9:00-11:00

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

Adultes, tous niveaux,  
lundi 9:15-11:15,  
mardi 9:15-11:15

📍 **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

Adultes, tous niveaux,  
lundi 14:00-16:00,  
jeudi 14:00-16:00

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

Adultes, tous niveaux,  
lundi 14:15-16:15,  
jeudi 14:15-16:15

📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes,  
lundi 9:30-11:00, 14:00-15:30,  
mardi 9:30-11:00

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Adultes,  
mardi 14:00-16:00

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

Adultes,  
mardi 9:30-11:30,  
vendredi 9:30-11:00,  
préparation au CFG

📍 **Marie Curie**  
Mosson

Adultes,  
lundi 9:30-11:30,  
mardi 9:30-11:30,  
jeudi 14:00-16:00,  
vendredi 14:00-16:00

📍 **Fanfonne Guillierme**  
Les Cévennes

### Atelier socio-linguistique

Adultes, tous niveaux,  
lundi 14:00-16:00,  
jeudi 14:00-16:00

📍 **Marie Curie**  
Mosson

### Français langue étrangère (FLE)

Adultes, niveau intermédiaire,  
mardi 14:30-16:30 pour  
russophones

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Tout public à partir de 16 ans,  
niveaux intermédiaire, confirmé,  
lundi 11:30-13:30,  
jeudi 9:30-12:00

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Tout public à partir de 16 ans,  
niveau confirmé,  
lundi 14:00-16:30

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Tout public, tous niveaux,  
lundi 16:00-17:30,  
mardi 16:00-17:30

mercredi 9:15-11:15,  
jeudi 9:15-11:15,  
vendredi 9:15-11:15

📍 **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

## Français langue d'intégration (FLI)

—  
Adultes,  
lundi 9:15-11:15,  
mardi 9:15-11:15  
☞ **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

—  
Adultes,  
mardi 14:00-16:00,  
jeudi 14:00-16:00  
☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

—  
Adultes, tous niveaux,  
lundi 14:00-16:00,  
mardi 9:00-11:00, 14:00-16:00,  
17:30-19:00,  
jeudi 9:00-11:00, 14:00-16:00,  
17:30-19:00,  
vendredi 9:00-10:30  
☞ **François Villon**  
Les Cévennes

## Français langue étrangère (FLE)

—  
Adultes, niveaux débutant,  
intermédiaire,  
mardi 14:00-16:00,  
jeudi 14:00-16:00,  
vendredi 14:00-16:00  
☞ **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

—  
Adultes, niveau intermédiaire,  
vendredi 10:00-12:00  
☞ **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

## LANGUE DES SIGNES ET LANGUE UNIVERSELLE

### Langue des signes française (LSF)

—  
Adolescents, adultes, niveau  
intermédiaire,  
mardi 19:00-20:00  
☞ **Marie Curie**  
Mosson

## LANGUES ÉTRANGÈRES

### Anglais

—  
Enfants 6-8 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 15:00-16:00  
☞ **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Enfants 6-12 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 11:00-12:00  
☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Enfants 6-12 ans,  
niveau intermédiaire,  
mercredi 9:30-11:00,  
☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Enfants 8-12 ans,  
lundi 17:30-18:30  
☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

—  
Enfants 8-12 ans,  
mercredi 16:00-17:00  
☞ **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Enfants 9 ans,  
mercredi 14:00-15:00  
☞ **François Villon**  
Les Cévennes

—  
Enfants 10 ans,  
mercredi 15:00-16:30  
☞ **François Villon**  
Les Cévennes

—  
Adolescents, niveau collège,  
mercredi 14:00-15:30,  
15:30-17:00  
☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Adultes, niveau débutant,  
lundi 14:00-15:30

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adultes, niveau débutant,  
lundi 16:00-17:00,  
mardi 14:00-15:30

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Adultes, niveau débutant,  
mardi 11:00-12:00

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Adultes, niveau débutant,  
mardi 18:15-19:15

📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, niveau débutant,  
mercredi 18:00-19:30,  
jeudi 14:00-15:30

📍 **Marie Curie**  
Mosson

Adultes, niveau débutant,  
jeudi 11:00-12:30

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, niveau intermédiaire,  
lundi 9:30-11:00 12:30-15:30

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adultes, niveau intermédiaire,  
lundi 9:30-11:00

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Adultes, niveau intermédiaire,  
lundi 18:30-20:00

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Adultes, niveau intermédiaire,  
mardi 10:00-11:30

📍 **Marie Curie**  
Mosson

Adultes, niveau intermédiaire,  
jeudi 9:30-11:00

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, niveaux intermédiaire,  
confirmé,  
mardi 15:30-17:30

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Adultes, niveau confirmé,  
lundi 15:30-17:00

📍 **Marie Curie**  
Mosson

Adultes, niveau confirmé,  
jeudi 15:30-17:00

📍 **Marie Curie**  
Mosson

## Anglais du voyage

Adultes, niveau intermédiaire,  
jeudi 14:00-15:30

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Adultes, niveau confirmé,  
jeudi 10:00-11:30

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

## Chinois

Tout public à partir de 16 ans,  
niveaux débutant, intermédiaire,  
jeudi 15:40-17:40

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Tout public à partir de 16 ans,  
niveaux intermédiaire, confirmé,  
mardi 14:00-16:00

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

## Coréen

Enfants 5-11 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 16:00-17:30

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Adolescents, adultes,  
niveaux débutant, intermédiaire,  
mercredi 18:30-20:00

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Tout public, tous niveaux,  
samedi 9:30-11:00, 11:00-12:30

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Tout public à partir de 11 ans,  
niveau débutant,  
vendredi 18:00-19:30

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

## English playtime

Enfants 6-10 ans,  
lundi 17:15-18:15,  
jeudi 17:30-18:30

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Enfants 6-10 ans, tous niveaux,  
samedi 11:00-12:00

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

## Espagnol

Adolescents, adultes,  
niveau débutant,  
mardi 15:30-17:00

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

Adolescents, adultes,  
niveau débutant,  
mercredi 10:00-11:30

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

Adolescents, adultes,  
niveau intermédiaire,  
mercredi 12:00-13:30

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

Adolescents, adultes,  
niveau confirmé,  
mardi 17:00-18:30

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

Tout public à partir de 16 ans,  
niveau confirmé,  
lundi 17:00-18:30

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Adultes, niveau débutant,  
lundi 18:30-20:00

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Adultes, niveau débutant,  
mercredi 18:00-19:30

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Adultes, niveau débutant,  
jeudi 10:00-11:30

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adultes, niveau débutant,  
jeudi 14:30-16:00

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, niveaux débutant,  
intermédiaire,  
vendredi 9:00-10:30

📍 **Fanfonne Guillierme**  
Les Cévennes

Adultes, niveau intermédiaire,  
lundi 14:30-16:00

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, niveau intermédiaire,  
mardi 12:00-13:30

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Adultes, niveau intermédiaire,  
mercredi 19:30-21:00

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Adultes, niveau intermédiaire,  
jeudi 11:30-13:00

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adultes, niveau confirmé,  
jeudi 16:00-17:30

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, niveau confirmé,  
vendredi 10:30-12:00

📍 **Fanfonne Guillierme**  
Les Cévennes

## Espagnol (conversation)

Adultes, niveau débutant,  
jeudi 10:30-12:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Adultes, niveau confirmé,  
mardi 10:30-12:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Adultes,  
jeudi 18:00-19:30

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

## Esperanto

Adolescents, adultes, niveau  
débutant,  
jeudi 10:00-11:30

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Adolescents, adultes, niveau  
intermédiaire,  
mardi 18:10-19:40

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Adolescents, adultes,  
niveau confirmé,  
jeudi 18:00-20:00

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

## Grec moderne

Enfants 3-12 ans,  
samedi 9:00-12:00

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

## Italien

—  
Adolescents, adultes,  
niveau débutant,  
lundi 18:30-20:00

☞ **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

—  
Adultes, niveau débutant,  
lundi 12:00-13:30

☞ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes, niveau élémentaire,  
mardi 16:15-17:45,  
vendredi 12:30-14:00

☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes, niveau élémentaire,  
jeudi 9:30-11:00

☞ **George Sand**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes, niveau débutant,  
jeudi 13:30-15:00

☞ **George Sand**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes, niveau débutant,  
jeudi 18:30-20:00,

☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Adultes, niveaux débutant,  
intermédiaire,  
mercredi 18:45-20:15

☞ **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Adultes, niveau intermédiaire,  
lundi 12:00-13:30

☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Adultes, niveau intermédiaire,  
mardi 12:00-13:30,  
jeudi 12:15-13:45

☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes, niveau intermédiaire,  
mercredi 18:30-20:00

☞ **André Chamson**  
Les Cévennes

—  
Adultes, niveau intermédiaire,  
jeudi 11:00-12:30

☞ **George Sand**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes, niveau intermédiaire,  
jeudi 15:30-17:00

☞ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

## Italien (conversation)

—  
Adultes, niveau confirmé,  
mardi 10:00-11:30,  
jeudi 14:15-15:45

☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes, niveau confirmé,  
mercredi 18:45-20:15,  
jeudi 17:15-18:45

☞ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

## Japonais

—  
Enfants, adolescents,  
niveau débutant,  
mercredi 18:00-19:00

☞ **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Tout public, tous niveaux,  
lundi 19:00-20:30,  
samedi 9:00-10:30, 10:40-12:10,  
12:40-14:10

☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

## Polonais

—  
Adultes, niveau débutant,  
mardi 19:30-20:30

☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

—  
Adultes, niveau intermédiaire,  
mardi 18:30-19:30

☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

—  
Adultes, niveau confirmé,  
mardi 17:30-18:30

☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne



## Russe

—  
Enfants 3-4 ans, tous niveaux,  
mercredi 10:00-11:45

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Enfants à partir de 6 ans,  
adolescents, tous niveaux,  
samedi 10:00-13:00

📍 **Fanonne Guillaume**  
Les Cévennes

—  
Enfants, tous niveaux,  
samedi 10:00-11:45

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Adolescents, adultes,  
niveau débutant,  
jeudi 18:20-19:20

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Adolescents, adultes,  
niveau intermédiaire,  
jeudi 16:00-17:00, 17:15-18:15

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Adolescents, adultes,  
niveau confirmé,  
jeudi 14:30-15:30

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Adultes, niveau débutant,  
mardi 10:00-11:15

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes, niveau débutant,  
vendredi 9:00-9:40

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, niveau intermédiaire,  
vendredi 9:40-10:20

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Adultes, niveaux intermédiaire,  
confirmé,  
mardi 11:15-12:30

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes, niveau confirmé,  
vendredi 10:20-11:00

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

## LANGUES RÉGIONALES

### Corse

—  
Adultes, niveau intermédiaire,  
lundi 18:15-19:15

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

### Occitan

—  
Adultes, tous niveaux,  
vendredi 14:30-16:30

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés



# ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE ET CIRQUE

- ARTS DU CIRQUE
- CONFÉRENCES, DÉBATS  
ET DÉCOUVERTES
- ÉCRITURE ET POÉSIE
- THÉÂTRE ET SPECTACLE VIVANT

## ARTS DU CIRQUE

### Arts du cirque

Tout-petits 3 ans, tous niveaux,  
mardi 17:15-18:15

☉ **Fanfonne Guillaume**  
Les Cévennes

Enfants 3 ans,  
mercredi 16:15-17:15

☉ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Enfants à partir de 3 ans,  
mercredi 9:30-10:30

☉ **George Sand**  
Montpellier-Centre

Enfants 3-5 ans,  
jeudi 17:00-18:00

☉ **Georges Brassens**  
Mosson

Enfants 4-5 ans, tous niveaux,  
mercredi 16:45-17:45

☉ **André Chamson**  
Les Cévennes

Enfants 4-5 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 15:30-16:30

☉ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Enfants 4-5 ans, tous niveaux,  
mardi 18:15-19:15

☉ **Fanfonne Guillaume**  
Les Cévennes

Enfants 4-5 ans,  
mercredi 10:45-11:45

☉ **George Sand**  
Montpellier-Centre

Enfants 4-5 ans,  
mercredi 15:00-16:00

☉ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Enfants 6-8 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 14:00-15:30

☉ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Enfants 6-8 ans, tous niveaux,  
mercredi 15:15-16:45

☉ **André Chamson**  
Les Cévennes

Enfants 6-8 ans,  
mercredi 13:45-14:45

☉ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Enfants 6-12 ans,  
mardi 17:00-19:00

☉ **Georges Brassens**  
Mosson

Enfants, niveau débutant,  
mardi 17:00-18:00

☉ **Albertine Sarrazin**  
Montpellier-Centre

### Clown théâtre improvisation

Adultes, tous niveaux,  
lundi 19:15-23:00

☉ **André Chamson**  
Les Cévennes

## CONFÉRENCES, DÉBATS ET DÉCOUVERTES

### Art et civilisation

Adultes, tous niveaux,  
lundi 14:00-15:30

☉ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

### Atelier cinéma (histoire et analyse)

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 13:30-14:30

☉ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

### Atelier de lecture : Je butine mon premier livre

Enfants 4-10 ans, tous niveaux,  
mercredi 10:00-12:00

☉ **Georges Brassens**  
Mosson

### Atelier du regard

Adultes, tous niveaux,  
mardi 19:00-21:00,

une fois par mois

☉ **Albert Camus**

Croix d'Argent

### Club de lecture

Tout public à partir de 10 ans,  
tous niveaux,

lundi 17:30-19:00,  
premier lundi, un mois sur deux

☉ **Georges Brassens**  
Mosson

### Club de lecture pour tous

Adolescents, adultes,  
niveau débutant,

jeudi 18:00-19:30,  
une fois par mois

☉ **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

## Histoire de l'art

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mardi 14:00-15:30,  
jeudi 14:30-16:30

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
lundi 18:00-19:30

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

Adultes, tous niveaux,  
mardi 17:30-19:30,  
un mardi sur deux

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Adultes, tous niveaux,  
vendredi 10:00-12:00

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adultes, niveau confirmé,  
vendredi 14:00-15:30

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

Adultes,  
jeudi 18:00-19:30

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

## Lecture d'oeuvres d'arts

Adultes, niveau confirmé,  
jeudi 9:30-11:30

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

## Les jeudis bibli

Adultes,  
jeudi 10:00-11:30

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

## Les mercredis biblioludiques

Enfants à partir de 7 ans,  
mercredi 14:00-15:30

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

## Permanence archéologique

Adultes, tous niveaux,  
mardi 14:00-17:00

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

## Rendez-vous durables sur la biodiversité

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
vendredi 18:00-21:00,  
un vendredi par mois

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

## ÉCRITURE ET POÉSIE

### Atelier d'écriture

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
lundi 14:00-16:00,  
une fois par mois

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

Adultes à partir de 25 ans,  
tous niveaux,  
mardi 9:45-11:45 inscription  
par session thématique de dix  
séances

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
lundi 18:30-20:30,  
mercredi 18:30-20:30

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Adultes,  
jeudi 14:00-16:30, savoir lire  
et écrire, un jeudi par mois

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

Adultes,  
jeudi 17:45-19:45

📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

### Carnet de voyage

Adultes, tous niveaux,  
lundi 14:00-17:00,  
six ateliers par an

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

### Cercle de lecture partagée

Enfants accompagnés  
d'un adulte, tous niveaux,  
jeudi 18:30-20:30  
📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

### Des mots et des jours

Adultes, tous niveaux,  
mercredi 18:00-21:00,  
dix ateliers par an  
📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

### Échanges littéraires

Adultes, tous niveaux,  
samedi 10:00-13:00,  
deux samedis par mois  
📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

### Écriture créative

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mercredi 20:30-22:30,  
une fois par quinzaine  
📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

### Écriture créative en italien

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 10:00-11:45  
📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

### Écriture du quotidien

Adultes, tous niveaux,  
lundi 14:00-17:00,  
dix ateliers par an  
📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

### Poésie urbaine (rap et slam)

Adolescents 12-17 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 15:00-17:00  
📍 **Louis Feuillade**  
Mosson

### Raconter la vie

Adultes, tous niveaux,  
lundi 14:00-17:00,  
sept ateliers par an  
📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

### Regard pluriel

Adultes, tous niveaux,  
samedi 9:30-12:30,  
six ateliers par an  
📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

## THÉÂTRE ET SPECTACLE VIVANT

### Expression théâtrale et danse russophone

Enfants, adolescents à partir  
de 6 ans, tous niveaux,  
samedi 10:00-13:00  
📍 **Fanfonne Guillerme**  
Les Cévennes

### Atelier théâtre et mouvement

Adultes, tous niveaux,  
mardi 15:00-17:00  
📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

### Comédie musicale

Enfants 6-7 ans,  
samedi 9:30-10:30  
📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

Enfants 8-11 ans,  
samedi 10:30-12:00  
📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

Adolescents 11-15 ans,  
mercredi 17:15-18:45  
📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

Tout public à partir de 16 ans,  
mercredi 19:00-21:00,  
vendredi 20:00-22:00  
📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, niveau intermédiaire,  
vendredi 20:00-22:00  
📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

## Conte théâtralisé

—  
Enfants 6-9 ans, tous niveaux,  
mardi 16:30-18:00,  
prise en charge possible à la  
sortie des classes à 16h30 pour  
les enfants de l'école Jules Verne  
📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

## Création théâtrale

—  
Adultes,  
mardi 20:30-22:30  
📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

## Stand-up et sketches

—  
Tout public à partir de 16 ans,  
lundi 18:30-20:30  
📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

## Théâtre

—  
Enfants 3-5 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 10:00-11:00  
📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

—  
Enfants 3-6 ans,  
mercredi 9:30-10:30  
📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

—  
Enfants 3-8 ans, tous niveaux,  
mercredi 13:45-15:15  
📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

—  
Enfants 4-7 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 11:00-12:00  
📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

—  
Enfants 6-8 ans,  
jeudi 17:30-18:30  
📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

Enfants 6-9 ans,  
mercredi 11:00-12:00  
📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

—  
Enfants 6-9 ans,  
mercredi 14:15-15:45  
📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

—  
Enfants 6-10 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 16:00-17:00  
📍 **Marie Curie**  
Mosson

—  
Enfants 7-11 ans, tous niveaux,  
lundi 17:15-18:30  
📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

—  
Enfants 7-11 ans, tous niveaux,  
mercredi 9:30-10:45  
📍 **François Villon**  
Les Cévennes

—  
Enfants 7-12 ans,  
mercredi 10:30-12:00  
📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

—  
Enfants à partir de 7 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 13:45-15:00  
📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

—  
Enfants 8-10 ans,  
mercredi 16:00-17:00  
📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Enfants 8-12 ans, tous niveaux,  
mercredi 13:30-15:00  
📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

—  
Enfants 9-12 ans,  
mercredi 14:00-15:30  
📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Enfants 9-12 ans,  
jeudi 18:30-19:30  
📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

—  
Enfants 10-12 ans,  
mercredi 17:00-18:00  
📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Adolescents 11-15 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 13:30-15:00  
📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

—  
Adolescents 11-16 ans,  
niveau intermédiaire,  
mercredi 17:00-19:00  
📍 **Marie Curie**  
Mosson

—  
Adolescents 12-15 ans,  
mardi 17:00-18:30  
📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

—  
Adolescents, tous niveaux,  
vendredi 18:00-20:00  
📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

—  
Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mercredi 18:00-19:30  
📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
jeudi 19:00-21:00  
📍 **Boris Vian**  
Près d'Arènes

—  
Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
jeudi 19:30-20:30  
📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

Adultes, niveau intermédiaire,  
mardi 14:00-16:00

☞ **André Chamson**  
Les Cévennes

Adultes,  
niveaux intermédiaire, confirmé,  
lundi 20:00-22:00

☞ **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Adultes, tous niveaux,  
lundi 19:00-21:00,  
jeudi 20:00-21:30, 21:30-23:00

☞ **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
lundi 19:00-21:00

☞ **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Adultes, tous niveaux,  
lundi 20:15-22:00

☞ **George Sand**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
mardi 19:00-21:00

☞ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adultes, tous niveaux,  
mardi 20:15-22:15

☞ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
mercredi 20:00-22:00

☞ **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

Adultes, tous niveaux,  
mercredi 21:00-22:45

☞ **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 18:45-20:45

☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 20:15-22:15

☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Tout public, débutant,  
mercredi 16:00-17:00,  
17:00-19:00, 19:30-21:30

☞ **Léo Lagrange**  
Mosson

### **Théâtre d'improvisation**

Enfants 7-11 ans,  
niveau débutant,  
samedi 9:30-10:30

☞ **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Enfants 7-12 ans, tous niveaux,  
mercredi 16:30-17:45

☞ **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Enfants 8-12 ans, tous niveaux,  
mercredi 14:00-15:30

☞ **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Adolescents 11-14 ans,  
niveau débutant,  
samedi 13:30-15:00

☞ **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Adolescents, niveau débutant,  
mercredi 14:00-15:30

☞ **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

Adolescents, niveau débutant,  
mercredi 14:00-16:00

☞ **Louis Feuillade**  
Mosson

Adolescents, adultes,  
niveau débutant,  
samedi 11:00-13:00

☞ **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
lundi 18:15-20:15

☞ **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

Tout public à partir de 15 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 18:30-20:30

☞ **Fanfonne Guillerme**  
Les Cévennes

Tout public à partir de 16 ans,  
niveau débutant,  
lundi 20:15-22:15

☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Adultes, niveau confirmé,  
mardi 20:30-22:30

☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Adultes, niveau confirmé,  
mardi 20:30-22:30

☞ **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Adultes, tous niveaux,  
lundi 20:30-22:30

☞ **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, tous niveaux,  
lundi 20:30-22:30,  
jeudi 20:30-22:30

☞ **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
mercredi 18:30-20:30

☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 20:15-22:15

☞ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Tout public, tous niveaux,  
mardi 18:30-22:30

☞ **Voltaire**  
Montpellier-Centre



### Théâtre en anglais

Adultes, niveau confirmé,  
mercredi 18:00-20:00,  
être parfaitement bilingue

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

### Théâtre et musique

Enfants 8-12 ans,  
mercredi 10:00-12:00

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### Théâtre et présence

Tout public à partir de 14 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 20:00-22:00

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

### Théâtre et sophrologie

Enfants 6-10 ans,  
niveau débutant,  
mardi 17:30-18:30

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

### Théâtre et spectacle vivant

Enfants,  
mercredi 11:00-12:00

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Adolescents,  
vendredi 18:30-20:30

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes





# ACTIVITÉS LOISIRS

- ACCUEIL PETITE ENFANCE
- ARTS CULINAIRES
- BRICOLAGE ET JARDINAGE
- JEUX DE SOCIÉTÉ ET CARTES
- LOISIRS CRÉATIFS
- RENCONTRES ET CONVIVIALITÉ

## ACCUEIL PETITE ENFANCE

### Club pitchouns

Tout-petits jusqu'à 3 ans,  
mardi 9:30-11:00

☞ **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

### Les vendredis jardin

Tout-petits 12 mois-3 ans,  
vendredi 9:30-11:00,  
un vendredi par mois

☞ **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

### Multi-activités (éveil musical, sorties, ateliers créatifs...)

Tout-petits 9 mois-3 ans  
accompagnés d'un adulte,  
mardi 10:30-11:15

☞ **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

### Petite enfance

Tout-petits jusqu'à 4 ans  
accompagnés d'un adulte,  
mardi 9:30-11:30

☞ **André Chamson**  
Les Cévennes

## ARTS CULINAIRES

### Arts plastiques et arts culinaires

Enfants, niveau débutant,  
mercredi 9:30-12:00

☞ **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

Enfants 6-12 ans,  
mercredi 14:00-16:30

☞ **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Enfants 6-12 ans, tous niveaux,  
mardi 17:00-19:00,  
samedi 9:30-12:00

☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

### Atelier de cuisine

Enfants 6-12 ans,  
niveau débutant,  
samedi 10:00-12:00

☞ **Louis Feuillade**  
Mosson

Adultes, tous niveaux,  
lundi 14:00-16:00

☞ **Louis Feuillade**  
Mosson

### Cuisine du monde

Adultes, tous niveaux,  
vendredi 9:00-12:00

☞ **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

### Cuisine orientale

Adultes,  
mardi 9:30-12:30,  
une fois par mois

☞ **François Villon**  
Les Cévennes

### Cuisine solidaire

Tout public,  
vendredi 9:30-14:00, une fois par  
mois suivi d'un repas solidaire

☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

### Découverte des produits du terroir - œnologie

Adultes,  
mardi 19:30-21:30,  
une fois par mois

☞ **Fanfonne Guillerme**  
Les Cévennes

### Gardons la banane! (cuisine et bonne humeur)

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mardi 9:45-13:45,  
une fois par quinzaine

☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

## BRICOLAGE ET JARDINAGE

### Bricolage

Enfants 8-11 ans,  
mercredi 10:00-12:00

☞ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

### Colabe & Répare

Tout public,  
vendredi 13:00-15:00

☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

## Jardin partagé

Tout public,  
samedi 10:00-12:00,  
un samedi par mois

☞ **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

Tout public,  
samedi 10:00-12:00

☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Adultes,  
mardi 14:00-17:00,  
jeudi 14:00-17:00

☞ **François Villon**  
Les Cévennes

## Les petits jardiniers

Enfants 3-6 ans,  
mercredi 9:30-11:00,  
un mercredi par mois

☞ **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

## Rencontres des jardiniers de VerPoPa

Adultes,  
lundi 18:45-21:00,  
premier lundi du mois

☞ **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

## Réparation vélo

Tout public, tous niveaux,  
mercredi 14:00-17:00

☞ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

## JEUX DE SOCIÉTÉ ET CARTES

### Belote coincée

Adultes, niveau confirmé,  
mardi 14:00-17:00,  
samedi 14:00-19:00

☞ **Marie Curie**  
Mosson

### Café ludique et créatif

Enfants, adultes,  
mercredi 10:00-12:00,  
14:00-18:00

☞ **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Adultes,  
mardi 14:30-17:30

☞ **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

### Échecs

Tout public à partir de 6 ans,  
tous niveaux,  
lundi 17:30-18:30

☞ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Tout public à partir de 6 ans,  
tous niveaux,  
mardi 18:00-19:00

☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Tout public à partir de 6 ans,  
tous niveaux,  
mardi 17:40-18:40

☞ **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Tout public à partir de 7 ans,  
lundi 17:00-18:00,  
jeudi 17:00-18:00

☞ **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

## Jeux de plateau et de figurines

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 20:00-23:00,  
samedi 14:00-17:00

☞ **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

## Jeux de rôles, jeux de plateau sur table et jeux de société en libre accès

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
dimanche 14:00-22:30

☞ **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

## Jeux de société

Enfants, tous niveaux,  
mercredi 14:00-17:00

☞ **Albertine Sarrazin**  
Montpellier-Centre

Enfants 7-11 ans,  
mercredi 14:30-16:00 une fois  
par mois

☞ **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

Adultes, tous niveaux,  
vendredi 14:00-17:00

☞ **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

## Jeux pédagogiques d'adresse, de hasard et de plateau

Tout public,  
mercredi 10:00-12:00

☞ **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

## Mah-Jong

Tout public à partir de 12 ans,  
tous niveaux,  
dimanche 15:00-18:00  
☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

## Pyramide

Adultes, tous niveaux,  
mardi 13:45-16:30,  
vendredi 13:45-16:30  
☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

## Questions pour un champion

Adultes, tous niveaux,  
lundi 14:00-17:00,  
mercredi 14:00-17:00,  
jeudi 19:00-23:00  
☞ **François Villon**  
Les Cévennes

## Scrabble

Adultes, tous niveaux,  
mardi 14:00-17:00,  
vendredi 14:00-17:00  
☞ **Marie Curie**  
Mosson

Seniors, tous niveaux,  
lundi 13:30-17:30  
☞ **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Tout public,  
lundi 14:00-17:00  
☞ **André Chamson**  
Les Cévennes

## Scrabble classique, duplicate

Adultes, tous niveaux,  
lundi 20:30-23:00,  
mardi 14:00-18:00,  
jeudi 14:00-18:30,  
samedi 14:00-18:30  
☞ **François Villon**  
Les Cévennes

## LOISIRS CRÉATIFS

### Atelier créatif

Enfants 7-11 ans,  
mercredi 14:30-16:00,  
une fois par mois  
☞ **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

### Atelier de création manuelle

Enfants à partir de 8 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 15:30-17:30  
☞ **Georges Brassens**  
Mosson

### Broderie

Adultes,  
vendredi 14:00-18:00  
☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

### Café couture

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 14:00-16:00  
☞ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

### Couture

Tout public à partir de 10 ans,  
tous niveaux,  
vendredi 17:00-20:00  
☞ **André Chamson**  
Les Cévennes

Adolescents, adultes 14-25 ans,  
lundi 17:00-18:30,  
préparation au concours  
De fil en aiguilles  
☞ **François Villon**  
Les Cévennes

Adolescents, adultes,  
mercredi 14:00-16:00  
☞ **Fanfonne Guillerme**  
Les Cévennes

Adolescents, adultes,  
mercredi 18:00-20:00  
☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Adolescents, adultes,  
vendredi 9:30-12:30,  
14:00-17:00  
☞ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
vendredi 15:00-18:00,  
18:00-20:00  
☞ **George Sand**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
mardi 14:00-16:00  
☞ **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 9:30-11:30, 17:30-19:30  
☞ **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 14:00-16:00  
☞ **Marie Curie**  
Mosson

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 14:15-16:15  
☞ **Georges Brassens**  
Mosson

Adultes,  
lundi 10:00-12:00, 14:00-17:00,  
18:00-20:00, 20:00-22:00  
☞ **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes,  
lundi 14:00-16:30,  
mercredi 9:00-11:30,  
jeudi 14:00-16:30,  
vendredi 14:00-16:30,  
opportunité de choisir 1 ou 2  
atelier(s) par semaine

☞ **François Villon**  
Les Cévennes

Adultes, seniors,  
lundi 10:00-12:00

☞ **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

### Couture - Mod'Ados

Tout public, niveau débutant,  
lundi 18:00-20:00

☞ **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

### Couture - Mod'Elle toi

Enfants à partir de 7 ans  
accompagnés d'un adulte,  
tous niveaux,  
mercredi 14:00-17:00

☞ **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

### Les mercredis des découvertes

Enfants à partir de 7 ans  
accompagnés d'un adulte,  
tous niveaux,  
mercredi 14:00-17:00

☞ **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

### Les mercredis récréatifs : ateliers parents/enfants

Enfants 6-11 ans, tous niveaux,  
mercredi 14:00-17:00,  
une fois par mois

☞ **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

### Origami

Enfants 6-10 ans, tous niveaux,  
mercredi 14:30-16:00

☞ **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, tous niveaux,  
lundi 18:00-19:00

☞ **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

### Patchwork

Adultes, tous niveaux,  
vendredi 14:00-17:00

☞ **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Adultes,  
jeudi 9:30-12:00, 14:00-17:00

☞ **George Sand**  
Montpellier-Centre

Seniors,  
jeudi 14:00-17:00

☞ **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

### Peinture sur figurines

Enfants, adolescents 8-16 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 14:00-16:00

☞ **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Tout public à partir de 16 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 16:30-18:30

☞ **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

### Point de croix

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
vendredi 14:00-18:00

☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

### Stylisme

Adolescents à partir de 10 ans,  
tous niveaux,  
jeudi 17:15-19:15

☞ **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

Tout public à partir de 9 ans,  
mercredi 16:00-18:00,  
jeudi 17:00-19:00, 19:00-21:00

☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

### Textile créatif

Adultes,  
vendredi 9:00-11:30,  
une fois par mois

☞ **François Villon**  
Les Cévennes

### Tissage

Enfants à partir de 8 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 16:00-18:00

☞ **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, tous niveaux,  
mardi 14:00-16:00, 18:00-20:00

☞ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adultes, tous niveaux,  
mercredi 18:30-20:30,  
jeudi 10:00-12:00

☞ **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

## RENCONTRES ET CONVIVIALITÉ

### Atelier : jeux sportifs

Adolescents 12-16 ans,  
mercredi 14:30-16:00,  
une fois par mois

📍 **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

### Atelier bien-être

Tout public, tous niveaux,  
jeudi 14:00-16:30

📍 **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

### Belle au naturel

Adultes,  
vendredi 9:00-11:30,  
une fois par mois

📍 **François Villon**  
Les Cévennes

### Bien-être

Adultes, tous niveaux,  
mardi 14:00-16:00,  
jeudi 10:00-16:00,  
vendredi 10:00-12:00

📍 **Albertine Sarrazin**  
Montpellier-Centre

### Café des aînés

Seniors,  
jeudi 10:00-12:00

📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

### Café des familles

Tout public,  
lundi 9:00-19:00,  
mardi 9:00-19:00,  
mercredi 9:00-20:00,  
jeudi 9:00-19:00,  
vendredi 9:00-19:00

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### Café des parents

Adultes,  
vendredi 9:30-12:00,  
une fois par quinzaine

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

### Discussion, échange et partage

Tout public,  
vendredi 9:00-11:00

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### Généalogie Corse

Adultes, tous niveaux,  
lundi 19:15-20:15

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

### Papote, grignote (atelier participatif)

Adultes, tous niveaux,  
mardi 17:30-19:00,  
jeudi 12:00-14:00

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

### Parent'aise : lieu d'échanges et d'activités petite enfance

Tout-petits, enfants jusqu'à  
6 ans accompagnés d'un parent,  
tous niveaux,  
lundi 17:00-18:30,  
jeudi 9:30-11:30

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

### Pause parents

Adultes,  
mardi 9:30-10:30

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

### Philatélie

Enfants, adolescents 9-15 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 14:00-18:00

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Tout public, tous niveaux,  
dimanche 10:00-12:00

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

### Vie de quartier

Tout public,  
lundi 9:00-12:00

📍 **François Villon**  
Les Cévennes



# ACTIVITÉS MUSICALES

- CHANT
- CRÉATIONS MUSICALES
- ÉVEIL MUSICAL
- INSTRUMENTS DE MUSIQUE

## CHANT

### Chant

Tout public, tous niveaux,  
vendredi 16:00-20:00,  
atelier individuel de 1h  
📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

### Chant arabo-andalou

Adultes, tous niveaux,  
mercredi 19:00-20:30  
📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

### Chant collectif

Tout public à partir de 16 ans,  
tous niveaux,  
jeudi 17:00-18:10  
📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Adultes, tous niveaux,  
lundi 14:30-15:45  
📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 17:00-18:15  
📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, tous niveaux,  
vendredi 14:30-15:45  
📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

### Chant individuel

Adolescents, adultes,  
lundi 17:00-20:00  
📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
jeudi 18:30-19:30, 19:30-20:30  
📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
jeudi 17:00-20:00  
📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
lundi 12:15-14:15  
📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

### Chant : les Z'enchanteurs

Adultes, tous niveaux,  
lundi 17:00-18:30, 18:30-20:00,  
mardi 17:30-19:00, 19:00-20:30  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### Chants du monde, rythme et percussions corporelles

Adultes, niveau intermédiaire,  
lundi 20:00-22:00  
📍 **Marie Curie**  
Mosson

### Chœur hommes

Adultes,  
lundi 20:30-22:00,  
une fois par mois  
📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

### Chorale

Enfants 6-10 ans, tous niveaux,  
mercredi 15:15-16:15  
📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Enfants 7-9 ans,  
mercredi 11:00-12:00  
📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Adolescents à partir de 12 ans,  
niveau débutant,  
jeudi 17:15-18:15  
📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
jeudi 19:00-22:00  
📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

Adultes, niveau débutant,  
lundi 18:00-19:15  
📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Adultes,  
niveaux intermédiaire, confirmé,  
lundi 18:30-20:30, sur audition  
📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

Adultes, niveau confirmé,  
lundi 20:30-22:30, sur audition  
📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Adultes, niveau confirmé,  
jeudi 20:15-22:45,  
une fois par quinzaine  
📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
mardi 20:15-22:45  
📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 20:15-22:45 sur audition  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

Seniors, tous niveaux,  
vendredi 9:30-11:00  
📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

### Chorale : chant du monde

Adultes,  
niveaux débutant, intermédiaire,  
mardi 19:00-21:00  
📍 **Albertine Sarrazin**  
Montpellier-Centre

### Chorale : chant polyphonique

Tout public, tous niveaux, mercredi 20:30-22:30

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

### Chorale : chœur Francis Poulenc

Adultes, niveau confirmé, mardi 20:00-22:30, sur audition

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### Chorale : chœur mixte figuénottes

Adultes, niveau débutant, mercredi 19:00-22:00

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

### Chorale : Gospelize it

Adultes, niveau intermédiaire, lundi 20:00-23:00, sur audition

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### Chorale : Mélodic (mixte, répertoire varié)

Adultes, niveau intermédiaire, lundi 18:45-20:15

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

### Chorale chants divers ou d'ailleurs

Adultes, niveau intermédiaire, vendredi 14:00-16:00

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

### Chorale Coup D'Choeur

Adultes, niveaux intermédiaire, confirmé, lundi 14:00-17:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

### Chorale gospel

Adultes, tous niveaux, dimanche 18:45-23:00

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

### Chorale grecque

Adultes, jeudi 19:30-20:30

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

### Chorale Jivana (chants russes, ukrainiens et tziganes)

Adultes, tous niveaux, mardi 14:00-15:30

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

### Chorale pop

Adultes, niveaux débutant, intermédiaire, lundi 18:45-20:00, jeudi 20:10-21:25

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

### Chorale tous styles

Adultes, niveau débutant, lundi 17:30-18:45

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

### Chorale variétés

Seniors, tous niveaux, lundi 14:00-16:00

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### Chorale VOX

Adultes, niveaux débutant, intermédiaire, mardi 12:20-13:35

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

### Ensemble arabo-andalou

Adultes, niveau intermédiaire, lundi 20:15-22:15

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

### Ensemble vocal

Adultes, niveaux débutant, intermédiaire, jeudi 20:15-22:15

📍 **L'Escoutaire**  
Près d'Arènes

### Gospel

Adultes, tous niveaux, lundi 17:30-18:45, jeudi 18:50-20:05

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

### Groupe vocal a cappella, beatbox

Adolescents, adultes, tous niveaux, mercredi 18:30-20:00

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

### Groupe vocal Jazzvoxx

Adultes, niveaux intermédiaire, confirmé, lundi 20:00-21:30 sur audition

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

## CRÉATIONS MUSICALES

### Comédie musicale

Enfants,  
mercredi 14:30-16:00  
📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

### Ensemble instrumental : musique traditionnelle

Adultes, niveau confirmé,  
mercredi 18:30-20:00  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### Ensemble musical arabo-andalou

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 19:30-21:30  
📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

### Fabrique : ateliers libres de découverte MAO, enregistrement studio, écriture musicale, mixage

Tout public à partir de 12 ans,  
mercredi 14:00-18:00  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### Fabrique sonore

Enfants 6-11 ans, tous niveaux,  
mercredi 17:00-18:30  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

Enfants, niveau débutant,  
mercredi 9:15-10:45  
📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

Adolescents 12-17 ans, tous  
niveaux,  
mardi 18:00-19:30  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

Adolescents, tous niveaux,  
mercredi 14:00-15:30  
📍 **Marie Curie**  
Mosson

### Jazz : approche impro

Adultes, niveau confirmé,  
mercredi 17:00-18:30 sur  
audition  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### Jazz : Why Notes

Adultes, niveau intermédiaire,  
mercredi 18:30-20:00 sur  
audition  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### Orchestre Jazz New Orléans

Tout public, niveau confirmé,  
mardi 20:30-22:30  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### Orchestre Salsa

Adultes, niveau intermédiaire,  
mercredi 20:00-22:30  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

## ÉVEIL MUSICAL

### Bambins musiciens

Tout-petits 2 mois-2 ans  
accompagnés d'un adulte,  
lundi 9:30-10:15, 10:15-11:00  
📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Tout-petits 6 mois-3 ans,  
vendredi 9:30-10:15  
📍 **Marie Curie**  
Mosson

### Culture musicale, analyse de partitions et harmonie

Adolescents, adultes,  
niveaux intermédiaire, confirmé,  
mercredi 19:15-20:15  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### Éveil musical

Tout-petits,  
mardi 10:00-12:00  
📍 **Louis Feuillade**  
Mosson

Tout-petits jusqu'à 3 ans,  
lundi 9:30-11:30,  
un lundi sur deux  
📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Enfants 3-4 ans,  
mercredi 16:30-17:15  
📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Enfants 3-5 ans,  
niveau débutant,  
jeudi 17:15-18:15  
📍 **Fanfonne Guillerme**  
Les Cévennes

Enfants 3-6 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 9:45-10:30  
📍 **Marie Curie**  
Mosson

Enfants 3-6 ans,  
mardi 17:15-18:15  
☞ **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

Enfants 3-6 ans,  
mercredi 10:00-10:45, 10:45-  
11:30, 11:30-12:15  
☞ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Enfants 3-6 ans,  
mercredi 16:00-16:45  
☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Enfants 4-6 ans,  
mercredi 10:00-11:00  
☞ **Méline Mercouri**  
Port-Marianne

Enfants 5-6 ans,  
mercredi 17:30-18:15  
☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Enfants, niveau débutant,  
mercredi 11:15-12:15  
☞ **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

### Éveil musical et corporel parents/enfants

Tout-petits jusqu'à 3 ans  
accompagnés d'un adulte,  
mardi 10:00-11:00,  
une fois par quinzaine  
☞ **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

### Formation musicale, solfège

Enfants 7-11 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 10:00-11:00  
☞ **Léo Lagrange**  
Mosson

Enfants 8-11 ans,  
niveaux intermédiaire, confirmé,  
mercredi 11:00-12:00  
☞ **Léo Lagrange**  
Mosson

Adolescents, adultes,  
niveaux débutant, intermédiaire,  
mardi 18:30-19:30  
☞ **Léo Lagrange**  
Mosson

Adolescents, adultes,  
niveau intermédiaire,  
jeudi 18:30-19:30  
☞ **Léo Lagrange**  
Mosson

Adolescents, adultes,  
niveau confirmé,  
mercredi 18:15-19:15  
☞ **Léo Lagrange**  
Mosson

### Les balades musicales

Tout-petits 6 mois-3 ans,  
vendredi 9:30-11:00,  
une fois par trimestre  
☞ **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

### Rythme spécial batteur

Tout public à partir de 9 ans,  
mercredi 15:00-16:00  
☞ **Léo Lagrange**  
Mosson

### Zumbini

Tout-petits jusqu'à 4 ans  
accompagnés d'un adulte,  
mardi 10:00-11:00  
☞ **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

## INSTRUMENTS DE MUSIQUE

### Accordéon

Tout public à partir de 6 ans,  
tous niveaux,  
lundi 16:00-19:30,  
mercredi 12:00-17:30,  
samedi 10:00-12:00,  
sur rendez-vous  
☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

### Accordéon chromatique

Tout public à partir de 6 ans,  
jeudi 17:30-21:00 sur  
rendez-vous  
☞ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Tout public,  
jeudi 16:00-20:00,  
atelier individuel  
☞ **Méline Mercouri**  
Port-Marianne

### Accordéon diatonique

Tout public à partir de 6 ans,  
jeudi 17:30-21:00,  
sur rendez-vous  
☞ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

### Bandonéon

Tout public à partir de 6 ans,  
jeudi 17:30-21:00,  
sur rendez-vous  
☞ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

### Batterie

Tout public à partir de 7 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 10:00-12:00,  
13:00-15:00, 16:00-17:00,  
jeudi 17:00-19:00  
☞ **Léo Lagrange**  
Mosson

### Batucada

Adultes, niveau débutant,  
vendredi 20:30-22:00

📍 **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

Tout public, niveau confirmé,  
jeudi 20:30-22:00

📍 **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

### Darbouka (percussion orientale)

Adolescents, adultes,  
niveau débutant,  
lundi 19:45-20:45

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

### Ensemble instrumental

Adolescents, adultes,  
mercredi 18:00-19:00,  
sur audition

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### Ensemble instrumental

Tout public à partir de 6 ans,  
tous niveaux,  
samedi 14:30-19:30,  
une fois par mois

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

### Flûte à bec

Tout public, tous niveaux,  
lundi 15:30-21:00,  
vendredi 15:00-21:00  
sur rendez-vous

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

### Flûte à bec

Tout public, tous niveaux,  
mercredi 11:00-20:00,  
atelier individuel de 30 min

📍 **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

### Flûte à bec, guitare, violon

Tout public à partir de 4 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 12:00-17:00,  
atelier de 1h

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

Tout public à partir de 4 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 12:00-17:00,  
atelier de 30 min

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

### Flûte traversière

Tout public à partir de 6 ans,  
tous niveaux,  
lundi 15:30-21:00,  
vendredi 15:00-21:00,  
atelier de 30 min,  
sur rendez-vous

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Tout public à partir de 6 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 14:00-18:00

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

Tout public, tous niveaux,  
mercredi 11:00-20:00 atelier  
individuel de 30 min

📍 **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

### Guitare

Enfants à partir de 7 ans,  
mercredi 14:00-15:00, 15:00-  
16:00, 16:00-17:00

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

Tout public à partir de 6 ans,  
lundi 16:00-20:00,  
mardi 16:30-20:00,  
mercredi 9:00-19:30 sur  
rendez-vous

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Tout public à partir de 9 ans,  
tous niveaux,  
mardi 16:00-18:00,  
atelier de 30 ou 45 min

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Tout public à partir de 7 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 10:00-18:00 sur  
rendez-vous

📍 **Marie Curie**  
Mosson

Tout public à partir de 7 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 15:00-16:00

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Tout public à partir de 7 ans,  
niveau confirmé,  
mercredi 17:00-18:00

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Tout public à partir de 8 ans,  
tous niveaux,  
mardi 16:30-20:00 atelier  
individuel de 30 min

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Tout public à partir de 8 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 13:00-19:00,  
jeudi 16:30-19:30 atelier de 20,  
30, ou 60 min, sur rendez-vous

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

Adolescents, adultes,  
lundi 19:00-20:00, 20:00-21:00,  
21:00-22:00

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

Tout public, tous niveaux,  
lundi 15:30-21:00,  
mercredi 10:00-15:45

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Tout public, tous niveaux,  
vendredi 15:00-18:00,  
atelier individuel de 20 min,  
30 min, ou 1h, sur rendez-vous

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Tout public,  
mardi 18:30-21:30

📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

Tout public,  
mardi 16:00-20:00,  
mercredi 9:00-12:00

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Tout public, tous niveaux,  
mardi 16:30-20:00,  
mercredi 9:00-12:00,  
atelier individuel de 20 min

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Tout public,  
mardi 17:00-18:00

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Tout public,  
mercredi 17:00-20:00,  
vendredi 17:00-19:00

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

Tout public,  
jeudi 16:00-21:00

📍 **Mélina Mercouri**,  
Port-Marianne

### Guitare : rumba catalane

Tout public, niveaux débutant,  
intermédiaire,  
lundi 17:30-19:00,  
mercredi 12:30-14:00

📍 **Albertine Sarrazin**  
Montpellier-Centre

### Guitare électrique

Tout public à partir de 6 ans,  
lundi 16:00-20:00,  
mardi 16:30-20:00,  
mercredi 9:00-19:30,  
sur rendez-vous

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Tout public à partir de 7 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 10:00-20:30

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### Guitare et basse

Tout public à partir de 8 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 12:00-20:00,  
jeudi 17:30-20:00,  
atelier de 20 min

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

### Guitare jazz, blues, électrique, basse

Tout public à partir de 7 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 10:00-20:30

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

Tout public, tous niveaux,  
lundi 18:00-19:30, atelier de 1h

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

Tout public, tous niveaux,  
lundi 18:00-19:30, atelier de 30 min

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

Tout public, tous niveaux,  
lundi 18:15-20:15 atelier de 20 min

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

### Guitare, chant et solfège

Tout public à partir de 7 ans,  
tous niveaux,  
mardi 18:00-21:00,  
mercredi 10:00-12:00, 19:05-21:00,  
sur rendez-vous

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

### Guitares classique et électrique (improvisations jazz, blues et flamenco)

Tout public, tous niveaux,  
mardi 15:30-20:30

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

### Les apprentis fanfarons

Adultes, niveaux intermédiaire,  
confirmé,  
lundi 19:30-22:30

📍 **Marie Curie**  
Mosson

## Orchestre (instruments à cordes et à vent)

—  
Adultes, niveaux intermédiaire, confirmé,  
mardi 20:15-22:15  
📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

## Orchestre cuivres et chœurs

—  
Adultes, niveaux intermédiaire, confirmé,  
jeudi 21:00-23:00  
📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

## Orchestre d'accordéon diatonique

—  
Adultes, niveaux intermédiaire, confirmé,  
dimanche 10:00-18:00,  
un dimanche par mois, mise en place d'un répertoire de bal  
📍 **Marie Curie**  
Mosson

## Percussions

—  
Adolescents, adultes, niveau débutant,  
mardi 18:30-20:30  
📍 **Georges Brassens**  
Mosson

## Percussions africaines

—  
Tout public à partir de 16 ans, niveaux intermédiaire,  
mardi 19:00-21:00  
📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

## Percussions antillaises

—  
Tout public, niveau débutant,  
jeudi 19:00-20:00  
📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

Adolescents, adultes, niveau confirmé,  
jeudi 21:00-22:00  
📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

## Percussions brésiliennes

—  
Adultes, tous niveaux,  
jeudi 20:00-21:30  
📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

## Percussions et danses antillaises

—  
Adolescents, adultes, niveau intermédiaire,  
jeudi 19:00-22:00  
📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

## Percussions orientales

—  
Tout public,  
mardi 18:30-19:30  
📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

## Piano

—  
Enfants, adolescents, niveau débutant,  
mercredi 15:30-16:30  
📍 **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

—  
Tout public à partir de 5 ans, tous niveaux,  
mardi 16:00-20:00,  
mercredi 9:00-19:30,  
jeudi 17:00-20:30  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

—  
Tout public à partir de 6 ans, sur rendez-vous  
📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Tout public à partir de 6 ans,  
mardi 9:00-21:00,  
mercredi 9:00-19:00,  
sur rendez-vous  
📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

—  
Tout public à partir de 6 ans, tous niveaux,  
lundi 16:00-19:30,  
mercredi 12:00-17:30,  
samedi 10:00-12:00,  
sur rendez-vous  
📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

—  
Tout public à partir de 7 ans, tous niveaux,  
mardi 13:30-20:00,  
mercredi 9:00-12:00, 12:30-19:00,  
atelier de 20, 30 ou 60 min,  
sur rendez-vous  
📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

—  
Tout public, niveau débutant,  
mercredi 9:00-10:30,  
atelier individuel de 20 ou 30 min, sur rendez-vous  
📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

—  
Tout public, tous niveaux,  
lundi 16:30-19:30, atelier individuel de 20 ou 30 min  
📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

—  
Tout public, tous niveaux,  
lundi 16:00-19:30,  
atelier individuel de 1h  
📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

—  
Tout public, tous niveaux,  
mardi 9:00-21:00,  
jeudi 9:00-21:00  
📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent



Tout public, tous niveaux,  
mardi 16:00-20:00,  
atelier de 30 min

☞ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Tout public, tous niveaux,  
mercredi 10:00-21:00,  
atelier individuel de 30 min

☞ **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

Tout public, tous niveaux,  
mercredi 10:30-19:00, atelier  
individuel de 20, 30 ou 60 min,  
sur rendez-vous

☞ **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Tout public, tous niveaux,  
jeudi 16:15-20:30,  
atelier individuel de 30 min

☞ **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

Tout public, tous niveaux,  
jeudi 16:00-20:00,  
atelier individuel

☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Tout public, tous niveaux,  
vendredi 13:30-20:30

☞ **Marie Curie**  
Mosson

Tout public, tous niveaux,  
samedi 9:00-13:00

☞ **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

## Saxophone

Tout public, tous niveaux,  
lundi 15:30-21:00,  
vendredi 15:00-21:00,  
atelier individuel de 30 min,  
sur rendez-vous

☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Tout public, tous niveaux,  
mercredi 11:00-20:00,  
atelier individuel de 30 min

☞ **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

## Solfège spécial guitare

Tout public à partir de 7 ans,  
tous niveaux,  
lundi 18:00-19:00

☞ **George Sand**  
Montpellier-Centre

## Steeldrum

Adultes,  
lundi 19:30-21:00

☞ **Georges Brassens**  
Mosson

## Taiko (tambours japonais)

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
lundi 20:30-22:00,  
mercredi 19:00-20:30

☞ **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

## Ukulélé

Adolescents, adultes,  
niveau débutant,  
lundi 19:00-20:30

☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Tout public à partir de 6 ans,  
mardi 16:30-20:00,  
mercredi 9:00-19:30,  
sur rendez-vous

☞ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adultes, niveaux intermédiaire,  
confirmé,  
jeudi 20:00-22:00

☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

## Ukulélé en chantant

Adultes, tous niveaux,  
mardi 12:30-13:30,  
jeudi 12:30-13:30

☞ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

## Violon

Tout public à partir de 4 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 14:30-17:00,  
samedi 9:30-13:00,  
sur rendez-vous

☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Tout public à partir de 5 ans,  
tous niveaux,  
lundi 16:30-20:00,  
atelier de 20, 30 ou 60 min,  
sur rendez-vous

☞ **André Chamson**  
Les Cévennes

## Violon, violon alto

Tout public à partir de 5 ans,  
tous niveaux,  
mardi 17:00-18:30,  
mercredi 9:00-10:00,  
jeudi 17:00-18:30, 19:30-20:00

☞ **Léo Lagrange**  
Mosson



# ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

- ARTS MARTIAUX ET SPORTS D'OPPOSITION
- ÉVEIL CORPOREL ET CÉRÉBRAL
- GYMNASTIQUE ET DISCIPLINES ASSOCIÉES
- RELAXATION ET DISCIPLINES ASSOCIÉES

## **ARTS MARTIAUX ET SPORTS D'OPPOSITION**

### **Aïkido**

Tout public à partir de 12 ans,  
tous niveaux,  
lundi 18:30-20:00,  
samedi 9:30-11:30  
📍 **Marie Curie**  
Mosson

### **Art martial russe**

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
lundi 20:30-22:30  
📍 **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

### **Boxe**

Adolescents 12-17 ans,  
mercredi 17:30-18:30  
📍 **François Villon**  
Les Cévennes

### **Boxe anglaise**

Enfants 6-11 ans, tous niveaux,  
mardi 17:30-18:30  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

Enfants,  
jeudi 17:30-18:30  
📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mercredi 18:00-20:00  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

Adolescents, adultes,  
jeudi 18:30-20:00  
📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Tout public, tous niveaux,  
mercredi 18:00-19:00  
📍 **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

### **Boxe anglaise au féminin**

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mardi 18:30-19:30  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### **Boxe danse**

Tout public, tous niveaux,  
samedi 15:00-16:00  
📍 **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

### **Boxe éducative**

Enfants 6-10 ans, tous niveaux,  
mercredi 11:00-12:00  
📍 **Marie Curie**  
Mosson

Enfants 6-12 ans,  
vendredi 17:30-18:30  
📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

Enfants, adolescents 6-15 ans,  
mercredi 14:00-15:00,  
samedi 11:00-12:00  
📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
vendredi 18:30-19:30  
📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

### **Boxe éducative, kick-boxing**

Adolescents à partir de 12 ans,  
tous niveaux,  
jeudi 17:30-18:30  
📍 **Louis Feuillade**  
Mosson

### **Boxe et renforcement cardio au féminin**

Adultes, niveau débutant,  
jeudi 9:30-10:30  
📍 **Louis Feuillade**  
Mosson

### **Boxe et self-défense**

Tout public à partir de 15 ans,  
tous niveaux,  
mardi 12:30-13:30,  
jeudi 19:30-20:30  
vendredi 12:30-13:30  
📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

### **Boxe française, kick-boxing**

Adolescents 11-15 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 13:00-14:00  
📍 **Marie Curie**  
Mosson

### **Boxe thaï**

Tout public, tous niveaux,  
mardi 19:00-20:30,  
vendredi 19:00-20:30  
📍 **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

## Capoeira

—  
Enfants 3-5 ans,  
niveaux débutant, intermédiaire,  
mercredi 10:30-11:30

📍 **Marie Curie**  
Mosson

—  
Enfants 3-6 ans, tous niveaux,  
samedi 11:00-11:45

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Enfants 3-6 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 16:00-16:45

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

—  
Enfants 3-6 ans,  
mercredi 11:00-11:45

📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Enfants 5-7 ans,  
niveaux débutant, intermédiaire,  
mardi 16:45-17:45

📍 **Marie Curie**  
Mosson

—  
Enfants 6-11 ans, tous niveaux,  
samedi 10:00-11:00

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Enfants 6-11 ans,  
mercredi 10:00-11:00

📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Enfants 8-12 ans,  
niveaux débutant, intermédiaire,  
mardi 17:45-18:45

📍 **Marie Curie**  
Mosson

—  
Enfants, niveau débutant,  
mercredi 15:00-16:00

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

Enfants, niveau débutant,  
mercredi 17:30-18:30

📍 **Georges Brassens**  
Mosson

—  
Enfants, niveaux débutant,  
intermédiaire,  
mercredi 15:30-16:30

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

—  
Enfants, tous niveaux,  
mercredi 10:30-11:30

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

—  
Enfants, adolescents,  
tous niveaux,  
jeudi 18:00-19:00

📍 **François Villon**  
Les Cévennes

—  
Tout public à partir de 6 ans,  
jeudi 17:00-18:30

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

—  
Adolescents, adultes,  
niveau débutant,  
lundi 19:00-21:00

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

—  
Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mercredi 18:00-19:30

📍 **Marie Curie**  
Mosson

—  
Adultes, niveau débutant,  
lundi 19:30-21:30,  
mercredi 19:30-21:30

📍 **Georges Brassens**  
Mosson

—  
Adultes, niveau débutant,  
jeudi 19:15-21:15

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
mercredi 19:30-21:30

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Adultes,  
jeudi 18:30-20:00

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

## Capoeira Angola

—  
Tout public, tous niveaux,  
mardi 19:00-21:30,  
vendredi 19:00-21:30

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

## Escrime de spectacle

—  
Adultes, tous niveaux,  
lundi 20:00-22:00

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

—  
Adultes, tous niveaux,  
mercredi 20:00-22:00

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

## Escrime et reconstitution médiévale

—  
Adultes,  
jeudi 20:30-22:30

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

## Escrime historique

—  
Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
jeudi 20:00-22:00

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

—  
Tout public à partir de 16 ans,  
tous niveaux,  
lundi 20:00-22:00

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

## Full contact

- 
- Enfants 6-8 ans, tous niveaux,  
mercredi 14:45-15:45,  
vendredi 18:00-19:00  
📍 **Georges Brassens**  
Mosson
- 
- Enfants 9-12 ans, tous niveaux,  
mercredi 15:45-16:45,  
vendredi 19:00-20:00  
📍 **Georges Brassens**  
Mosson
- 
- Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mardi 19:00-20:30,  
jeudi 19:00-20:30  
📍 **Georges Brassens**  
Mosson
- 
- Adultes, tous niveaux,  
mardi 12:30-13:30  
📍 **Georges Brassens**  
Mosson

## Iaido

- 
- Tout public à partir de 12 ans,  
tous niveaux,  
jeudi 19:00-21:00  
📍 **Marie Curie**  
Mosson

## Judo

- 
- Enfants 3-5 ans, débutant,  
mercredi 16:00-17:00  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson
- 
- Enfants 4-5 ans, débutant,  
mercredi 15:15-16:00  
📍 **François Villon**  
Les Cévennes
- 
- Enfants 4-5 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 16:45-17:30  
📍 **Georges Brassens**  
Mosson
- 
- Enfants 4-5 ans, tous niveaux,  
mardi 16:45-17:45  
📍 **Boris Vian**  
Prés d'Arènes
- 
- Enfants 4-5 ans,  
mercredi 10:00-10:45  
📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent
- 
- Enfants 4-6 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 17:30-18:15  
📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes
- 
- Enfants 4-6 ans,  
mercredi 14:00-14:45  
📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne
- 
- Enfants 5-7 ans, tous niveaux,  
mercredi 9:00-9:45  
📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés
- 
- Enfants 5-8 ans, tous niveaux,  
lundi 17:30-18:30  
📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes
- 
- Enfants 6-8 ans,  
mercredi 14:00-15:00  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson
- 
- Enfants 6-8 ans, tous niveaux,  
mardi 17:45-18:45,  
jeudi 16:45-17:45  
📍 **Boris Vian**  
Prés d'Arènes
- 
- Enfants 6-8 ans,  
niveau confirmé,  
mercredi 17:30-18:30  
📍 **Georges Brassens**  
Mosson
- 
- Enfants 6-9 ans,  
mercredi 11:00-12:00  
📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent
- 

- Enfants 6-10 ans, tous niveaux,  
mercredi 14:15-15:15  
📍 **François Villon**  
Les Cévennes
- 
- Enfants 6-12 ans,  
lundi 17:00-18:00  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson
- 
- Enfants 7-9 ans,  
mercredi 14:45-15:45  
📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne
- 
- Enfants 7-10 ans,  
niveau débutant,  
mercredi 18:15-19:15  
📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes
- 
- Enfants à partir de 8 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 9:45-10:45  
📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés
- 
- Enfants 8-10 ans,  
niveau confirmé,  
mercredi 18:30-19:30  
📍 **Georges Brassens**  
Mosson
- 
- Enfants 8-11 ans,  
niveau débutant,  
lundi 18:30-19:30  
📍 **Georges Brassens**  
Mosson
- 
- Enfants 9-12 ans,  
mercredi 15:00-16:00  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson
- 
- Enfants à partir de 9 ans,  
adolescents, tous niveaux,  
mardi 18:45-19:45,  
jeudi 17:45-18:45  
📍 **Boris Vian**  
Prés d'Arènes
-

Enfants à partir de 9 ans,  
adolescents, tous niveaux,  
lundi 18:30-19:30

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Adolescents 10-15 ans,  
mercredi 15:45-16:45

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Adolescents à partir de 10 ans,  
niveau confirmé,  
mercredi 19:30-20:30

📍 **Georges Brassens**  
Mosson

Adolescents à partir de 11 ans,  
niveau débutant,  
lundi 19:30-20:30

📍 **Georges Brassens**  
Mosson

## Karaté

Tout-petits, tous niveaux,  
mercredi 14:00-15:00

📍 **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

Enfants 8-12 ans, tous niveaux,  
mercredi 18:00-19:00,  
vendredi 18:00-19:00

📍 **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

Adolescents, tous niveaux,  
lundi 17:30-19:00,  
mercredi 15:00-16:30

📍 **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mercredi 19:00-20:00,  
vendredi 19:00-20:00

📍 **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

## Karaté shotokan

Enfants à partir de 6 ans,  
tous niveaux,  
mardi 17:30-19:30

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

## Kung-Fu Hung-Gar

Tout public à partir de 14 ans,  
tous niveaux,  
lundi 19:30-21:00,  
vendredi 19:30-21:00

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

## MMA (Mixte Martial Art)

Enfants 6-11 ans, tous niveaux,  
mercredi 14:00-15:30

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Enfants, adolescents 6-15 ans,  
tous niveaux,  
dimanche 10:30-12:00

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Adolescents 12-15 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 15:45-17:15

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

## Ninjutsu

Tout public à partir de 16 ans,  
tous niveaux,  
lundi 20:00-22:00,  
mercredi 20:00-22:00

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

## Préparation physique aux arts martiaux

Tout public, tous niveaux,  
lundi 12:30-13:30,  
mercredi 12:30-13:30

📍 **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

## Sabre thaïlandais

Tout public, tous niveaux,  
jeudi 12:30-13:30

📍 **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

## Sambo

Enfants 6-9 ans,  
mercredi 13:30-14:30

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Enfants, adolescents 9-14 ans,  
mercredi 14:30-15:30

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

## Self-défense

Tout public à partir de 13 ans,  
tous niveaux,  
lundi 18:00-19:00

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

Adultes, niveau débutant,  
lundi 18:00-19:30

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adultes,  
lundi 12:30-13:30,  
jeudi 12:30-13:30  
📍 **Georges Brassens**  
Mosson

## Self-défense et krav-maga

—  
Enfants à partir de 8 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 17:00-18:00

📍 **Méline Mercouri**  
Port-Marianne

—  
Adultes, tous niveaux,  
lundi 19:15-20:45

📍 **Méline Mercouri**  
Port-Marianne

—  
Adultes, tous niveaux,  
mercredi 19:15-20:45

📍 **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

## Shorinji kempo

—  
Adultes, tous niveaux,  
jeudi 20:00-22:00,  
samedi 10:00-13:00

📍 **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

## Silat

—  
Tout public à partir de 13 ans,  
tous niveaux,  
mardi 18:00-20:00,  
jeudi 19:45-21:45

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

## Taekwondo

—  
Enfants 3-6 ans,  
samedi 10:00-11:00,  
mercredi 11:00-12:30

📍 **Georges Brassens**  
Mosson

—  
Enfants 3-6 ans,  
mardi 17:30-18:30,  
jeudi 17:30-18:30

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

Enfants 3-6 ans,  
lundi 17:30-18:30,  
mercredi 17:30-18:30

📍 **L'Escouteire**  
Prés d'Arènes

—  
Enfants 3-7 ans,  
mardi 17:15-18:15,  
jeudi 17:15-18:15

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

—  
Enfants 4-7 ans,  
mercredi 10:00-11:00,  
samedi 16:00-17:00

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Enfants 7-11 ans,  
mercredi 11:00-12:30,  
samedi 11:00-12:30

📍 **Georges Brassens**  
Mosson

—  
Enfants 7-11 ans,  
mardi 18:30-20:00,  
jeudi 18:30-20:00

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

—  
Enfants 7-11 ans,  
lundi 18:30-20:00,  
mercredi 18:30-20:00

📍 **L'Escouteire**  
Prés d'Arènes

—  
Enfants 8-11 ans,  
mardi 18:30-20:00,  
mercredi 14:00-15:30,  
jeudi 18:30-20:00

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

—  
Enfants 8-11 ans, tous niveaux,  
mercredi 15:00-16:00,  
dimanche 15:15-16:30

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

—  
Enfants 8-12 ans,  
samedi 14:30-16:00

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Enfants 8-12 ans,  
mercredi 11:00-12:30

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Tout public à partir de 13 ans,  
samedi 10:30-12:30,  
préparation ceinture noire

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

—  
Tout public à partir de 15 ans,  
niveau confirmé,  
lundi 19:15-21:00,  
mercredi 19:15-21:00,

vendredi 19:15-21:00

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

—  
Tout public à partir de 17 ans,  
niveau confirmé,  
mardi 20:15-22:00

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

—  
Adolescents 10-16 ans,  
vendredi 17:30-19:00

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

—  
Adolescents 12-16 ans,  
lundi 17:30-19:00,  
mercredi 15:45-17:15, 17:30-19:00

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

—  
Adolescents 12-17 ans,  
mardi 20:00-21:30,  
jeudi 20:00-21:30

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

—  
Adolescents 12-17 ans,  
lundi 20:00-21:30,  
mercredi 20:00-21:30

📍 **L'Escouteire**  
Prés d'Arènes



## Tennis de table Âge d'Or

Seniors à partir de 62 ans,  
vendredi 13:30-15:30

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

Seniors, tous niveaux  
mardi 14:00-16:30

📍 **Georges Brassens**  
Mosson

## Viet Vo dao

Adolescents, tous niveaux,  
jeudi 18:00-19:00

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mercredi 20:00-21:30,  
21:30-22:30

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

## Viet Vo dao Zen

Adultes, tous niveaux,  
mercredi 19:00-20:00

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

## Wing Tsun Kung-Fu

Adolescents, adultes,  
lundi 18:00-19:30,  
jeudi 18:00-19:30

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

Tout public à partir de 12 ans,  
tous niveaux,  
lundi 18:00-19:30,  
jeudi 18:00-19:30

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

## ÉVEIL CORPOREL ET CÉRÉBRAL

### Baby gym

Tout-petits 12 mois-2 ans  
accompagnés d'un adulte,  
mardi 10:30-11:30

📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

### Baby sport

Enfants 3-5 ans,  
mercredi 9:30-10:30

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

Enfants 3-5 ans,  
mercredi 9:15-10:00

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

### Éveil corporel

Tout-petits,  
vendredi 10:00-11:00,  
un vendredi par mois

📍 **Albertine Sarrazin**  
Montpellier-Centre

Enfants 4-6 ans,  
niveau débutant,  
mardi 17:15-18:15

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

Enfants 4-8 ans, tous niveaux,  
lundi 17:15-18:15

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Seniors, tous niveaux,  
lundi 9:30-10:30

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

### Éveil corporel et cérébral

Tout-petits 3-4 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 10:30-11:30

📍 **Georges Brassens**  
Mosson

### Mobilité (développement général des capacités physiques et mentales)

Tout public à partir de 16 ans,  
tous niveaux,  
mardi 12:00-14:00,  
jeudi 12:00-14:00

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

### Motricité

Tout-petits jusqu'à 3 ans,  
vendredi 9:30-11:30,  
une fois par mois

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

## **GYMNASTIQUE ET DISCIPLINES ASSOCIÉES**

### **Abdos fessiers**

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
jeudi 18:30-19:30

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

Adultes, tous niveaux,  
mardi 10:15-11:15, 18:30-19:30

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

### **Abdos fessiers et étirements**

Adultes,  
mardi 18:15-19:15

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### **Acroyoga**

Tout public à partir de 6 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 20:15-22:15

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

Adolescents, adultes,  
niveau débutant,  
jeudi 18:15-20:15

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Adolescents, adultes,  
niveau intermédiaire,  
jeudi 20:30-22:30

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

### **Assouplissement**

Adultes, tous niveaux,  
mardi 12:30-13:30

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

### **Atelier bien vieillir**

Seniors, tous niveaux,  
lundi 9:30-11:30

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

### **Baby sport**

Enfants 3-5 ans,  
samedi 9:30-10:30

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Enfants 3-6 ans, tous niveaux,  
mercredi 15:00-16:00,  
samedi 10:00-11:00

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

### **Body pump**

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 21:15-22:00

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

### **Body sculpt**

Adultes,  
lundi 18:30-19:30

📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

### **Cardio dance et renforcement musculaire au féminin**

Adolescents, adultes,  
niveau débutant,  
mardi 14:00-15:00, 15:00-16:00,  
jeudi 14:00-15:00, 15:00-16:00

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

### **Cardio fitness**

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mardi 18:00-19:30

📍 **François Villon**  
Les Cévennes

### **Circuit training**

Adultes, niveau débutant,  
jeudi 20:00-21:00

📍 **Georges Brassens**  
Mosson

Adultes, tous niveaux,  
lundi 20:30-21:30

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

### **Cuisses abdo fessiers**

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 18:00-19:00

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adultes,  
mardi 20:45-21:30

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

### **Danse fitness**

Adolescents, niveau débutant,  
mardi 18:00-19:00

📍 **Georges Brassens**  
Mosson

### **Entraînement fractionné de haute intensité (HIIT : High Intensity Interval Training)**

Adultes, niveau débutant,  
mardi 10:15-11:00

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

### **Fit boxing**

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 20:30-21:15

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Adultes,  
jeudi 9:30-10:15

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

### Fit dance

Adultes, niveau débutant,  
vendredi 12:30-13:30

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Adultes,  
lundi 19:30-20:30

📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

### Fitflamc (fitness + flamenco)

Enfants 3-6 ans accompagnés  
d'un adulte, tous niveaux,  
mardi 17:15-18:15

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Enfants 6-10 ans, tous niveaux,  
mercredi 15:00-16:00

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Enfants à partir de 7 ans  
accompagnés d'un adulte, tous  
niveaux,

lundi 17:00-18:00  
📍 **Georges Brassens**  
Mosson

Tout public à partir de 8 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 11:30-12:30,  
jeudi 17:00-18:00

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

### Fitness abdos fessiers

Adultes, tous niveaux,  
mardi 12:15-13:15,  
vendredi 12:15-13:15

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

### Fitness au féminin

Adultes, tous niveaux,  
mardi 10:00-11:30,  
vendredi 10:00-11:30

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### Full body

Adultes,  
jeudi 10:15-11:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Adultes,  
vendredi 10:30-11:30

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### Généralisations sportives

Tout public, tous niveaux,  
mardi 14:00-16:00

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

### Gymnastique

Enfants 3-6 ans,  
mercredi 14:00-15:00,  
15:00-16:15

📍 **François Villon**  
Les Cévennes

Enfants 6-8 ans, tous niveaux,  
mercredi 13:30-14:30

📍 **Georges Brassens**  
Mosson

Enfants 6-9 ans, tous niveaux,  
jeudi 17:00-18:00

📍 **Boris Vian**  
Près d'Arènes

Enfants 9-11 ans,  
mercredi 14:30-15:30

📍 **Georges Brassens**  
Mosson

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 14:15-15:15

📍 **L'Escouteire**  
Près d'Arènes

Adultes, tous niveaux,  
lundi 14:15-15:15

📍 **Boris Vian**  
Près d'Arènes

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 14:15-15:15,  
vendredi 14:15-15:15

📍 **François Villon**  
Les Cévennes

Adultes,  
lundi 17:45-18:45

📍 **François Villon**  
Les Cévennes

Adultes, seniors, tous niveaux,  
lundi 12:00-12:45

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Seniors, tous niveaux,  
lundi 9:30-10:30, 16:00-17:00

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

### Gymnastique (adaptée aux diabétiques et aux obèses)

Adultes,  
mardi 14:00-15:00

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### Gymnastique Âge d'Or

Seniors, tous niveaux,  
mardi 9:15-10:15, 10:30-11:30,  
jeudi 9:00-9:45, 9:45-10:30  
vendredi 9:30-10:30, 10:30-11:30

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Seniors, tous niveaux,  
jeudi 9:00-10:00

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

Seniors, tous niveaux,  
jeudi 9:15-10:15

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

Seniors, tous niveaux,  
jeudi 9:15-10:15, 10:30-11:30

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Seniors, tous niveaux,  
jeudi 10:45-11:45

📍 **François Villon**  
Les Cévennes

### Gymnastique d'entretien

Adolescents, adultes, tous  
niveaux,  
vendredi 15:00-16:00

📍 **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

Adultes, tous niveaux,  
lundi 18:30-19:30,  
jeudi 9:15-10:15

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

Adultes, tous niveaux,  
mardi 9:15-10:45

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
mercredi 10:05-11:05

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 17:00-18:00

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Adultes,  
lundi 14:00-15:30

📍 **Fanfonne Guillaume**  
Les Cévennes

Adultes,  
mardi 10:30-11:30,  
vendredi 9:00-10:00

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

Seniors, tous niveaux,  
mardi 9:30-10:30, 10:30-11:30,  
jeudi 9:30-10:30, 10:30-11:30

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

### Gymnastique d'entretien et stretching

Adultes, tous niveaux,  
vendredi 12:30-14:00

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

### Gymnastique douce

Adultes, niveau débutant,  
vendredi 11:00-12:00

📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
lundi 9:30-10:30

📍 **Marie Curie**  
Mosson

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 11:00-12:00,  
vendredi 11:00-12:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Adultes, tous niveaux,  
lundi 15:30-16:30,  
vendredi 14:00-15:00

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Adultes,  
lundi 12:00-12:45,  
mardi 11:00-12:00

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Adultes, seniors, tous niveaux,  
mardi 9:00-10:00,  
vendredi 9:00-10:00

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

### Gymnastique douce et stretching

Adultes, tous niveaux,  
vendredi 11:00-12:00

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

### Gymnastique équilibre séniors

Seniors à partir de 60 ans,  
jeudi 14:00-15:00

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

### Gymnastique fondamentale

Adultes, tous niveaux,  
lundi 9:15-10:15,  
mercredi 9:00-10:00

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Adultes, tous niveaux,  
mardi 9:30-10:30,  
jeudi 9:30-10:30

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
vendredi 9:15-10:15

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adultes,  
lundi 10:00-11:00,  
jeudi 10:00-11:00

📍 **Georges Brassens**  
Mosson

### Gymnastique globale

Adultes, tous niveaux,  
mardi 9:00-10:30,  
vendredi 8:45-10:15

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

### Gymnastique rythmique et sportive (GRS)

Enfants 6-8 ans,  
lundi 17:30-18:30

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

Enfants 6-12 ans,  
samedi 9:00-10:00, 10:00-11:00,  
11:00-12:00, public licencié  
UFOLEP

📍 **François Villon**  
Les Cévennes

Enfants 9-12 ans,  
jeudi 17:30-18:30

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

### Gymnastique santé

Adultes, tous niveaux,  
mardi 9:30-11:00, 12:30-13:30,  
jeudi 9:30-11:00, 12:30-13:30

📍 **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

Seniors, tous niveaux,  
jeudi 9:00-10:00 pour  
personnes atteintes d'une  
maladie chronique

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

### Gymnastique tonique

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
lundi 16:30-17:30

📍 **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

Adolescents, adultes,  
niveau intermédiaire,  
lundi 9:45-10:45

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Adultes, niveau intermédiaire,  
mardi 9:00-10:00

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

Adultes, tous niveaux,  
mardi 19:00-20:00

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, tous niveaux,  
mardi 12:30-13:30

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

### Hiit (cardio training) au féminin

Adultes,  
lundi 10:15-11:00

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

### Kid gym

Enfants 3-5 ans,  
lundi 17:15-18:15

📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

### Maintien et assouplissement

Adultes, niveau débutant,  
mardi 12:30-13:30, 14:00-15:00

📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

### Marche, gymnastique et yoga en extérieur

Adultes, tous niveaux,  
lundi 14:00-16:00

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

### Méthode Feldenkrais

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 10:30-11:30

📍 **Marie Curie**  
Mosson

### Méthode Feldenkrais (en équilibre)

Adultes, tous niveaux,  
mardi 15:00-16:00

📍 **Marie Curie**  
Mosson

### Multisports

Enfants 5-11 ans,  
mercredi 10:30-12:00

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

Enfants 6-12 ans, tous niveaux,  
lundi 17:00-18:00,  
jeudi 17:00-18:00

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Enfants 6-12 ans, tous niveaux,  
samedi 10:30-12:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Enfants 6-12 ans,  
lundi 17:30-18:30

📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

### Mumfit

Adultes,  
mardi 11:00-12:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

## Penchak Silat traditionnel

—  
Enfants, adolescents 7-14 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 13:00-14:00  
☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

## Penchak Silat, self-défense

—  
Adultes, tous niveaux,  
mercredi 18:00-19:00  
☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

## Pilates

—  
Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mardi 18:00-19:00, 19:00-20:00,  
jeudi 18:00-19:00  
☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

—  
Tout public, tous niveaux,  
mercredi 17:15-18:45  
☞ **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

—  
Adultes, niveau débutant,  
lundi 12:50-13:35, 18:00-19:00  
☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

—  
Adultes, niveau débutant,  
lundi 16:20-17:20  
☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes, niveau débutant,  
mardi 19:30-20:30  
☞ **François Villon**  
Les Cévennes

—  
Adultes, niveau débutant,  
mercredi 11:00-12:00  
☞ **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Adultes, niveau débutant,  
jeudi 12:30-13:30  
☞ **Georges Brassens**  
Mosson

—  
Adultes, niveau débutant,  
jeudi 12:30-13:30,  
vendredi 12:30-13:30  
☞ **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

—  
Adultes, niveau débutant,  
jeudi 18:00-19:00  
☞ **Marie Curie**  
Mosson

—  
Adultes,  
niveaux débutant, intermédiaire,  
mardi 19:15-20:15  
☞ **George Sand**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes,  
niveaux débutant, intermédiaire,  
jeudi 9:15-10:15  
☞ **Marie Curie**  
Mosson

—  
Adultes,  
niveaux débutant, intermédiaire,  
jeudi 15:15-16:15,  
samedi 9:30-10:30  
☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Adultes,  
niveaux débutant, intermédiaire,  
vendredi 9:00-10:00  
☞ **André Chamson**  
Les Cévennes

—  
Adultes, niveau intermédiaire,  
lundi 19:15-20:15  
☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

—  
Adultes, niveau intermédiaire,  
mercredi 8:45-9:45  
☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Adultes, niveau intermédiaire,  
jeudi 19:00-20:00  
☞ **Marie Curie**  
Mosson

—  
Adultes, niveau intermédiaire,  
samedi 11:30-12:30  
☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Adultes,  
niveaux intermédiaire, confirmé,  
jeudi 18:00-19:00  
☞ **George Sand**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes, niveau confirmé,  
lundi 10:00-11:00  
☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

—  
Adultes, niveau confirmé,  
lundi 15:00-16:00  
☞ **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

—  
Adultes, niveau confirmé,  
mardi 18:15-19:15  
☞ **François Villon**  
Les Cévennes

—  
Adultes,  
lundi 11:00-12:00,  
jeudi 11:00-12:00,  
vendredi 11:00-12:00  
☞ **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Adultes, tous niveaux,  
lundi 12:30-13:30,  
jeudi 12:30-13:30  
☞ **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes, tous niveaux,  
mardi 9:15-10:15, 17:30-18:30  
☞ **André Chamson**  
Les Cévennes

—  
Adultes, tous niveaux,  
mardi 12:30-13:30  
☞ **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, tous niveaux,  
mardi 12:30-14:00

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, tous niveaux,  
mercredi 18:15-19:15

📍 **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 11:15-12:15, 12:30-13:30

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 9:15-10:15

📍 **L'Escouteire**  
Prés d'Arènes

Adultes, tous niveaux,  
vendredi 9:15-10:15

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Adultes, seniors, niveau  
débutant,  
vendredi 10:30-11:30

📍 **Fanfonne Guillaume**  
Les Cévennes

Adultes, seniors, niveaux  
intermédiaire, confirmé,  
vendredi 9:15-10:15

📍 **Fanfonne Guillaume**  
Les Cévennes

Adultes à partir de 50 ans, tous  
niveaux,  
lundi 11:00-12:00

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

## Pilates et stretching

Adultes, niveau débutant,  
jeudi 19:00-20:00

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
lundi 18:00-19:00,  
jeudi 19:00-20:00

📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

## Pilates Mat

Adolescents, adultes,  
niveau débutant,  
jeudi 12:45-13:45

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

## Postural ball

Adultes, tous niveaux,  
lundi 17:30-18:30, 18:35-19:35,  
mercredi 9:50-10:50

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
lundi 10:35-11:35

📍 **Marie Curie**  
Mosson

Adultes, tous niveaux,  
mardi 10:00-11:30

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

Adultes, tous niveaux,  
mardi 12:15-13:30,  
mercredi 18:00-19:15, 19:30-20:45

📍 **Marie Curie**  
Mosson

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 14:15-15:15,  
samedi 10:30-11:30

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

## Qi gong, Tai-Chi

Tout public à partir de 16 ans,  
mardi 18:30-20:00

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

## Renforcement haut du corps au féminin

Adultes,  
jeudi 10:15-11:00

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

## Renforcement musculaire

Adultes, tous niveaux,  
lundi 9:10-10:10,  
jeudi 10:15-11:15, 11:15-12:15

📍 **L'Escouteire**  
Prés d'Arènes

## Renforcement musculaire abdo fessiers

Adultes, tous niveaux,  
mardi 12:30-13:30,

jeudi 18:25-19:25,  
vendredi 12:30-13:30

📍 **L'Escouteire**  
Prés d'Arènes

## Renforcement musculaire et barre à terre

Adultes, tous niveaux,  
mardi 17:30-18:30

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

## Sports santé

Seniors, tous niveaux,  
jeudi 14:00-15:00

📍 **Georges Brassens**  
Mosson

## Step

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
vendredi 19:45-20:45  
☞ **Georges Brassens**  
Mosson

## Step cardio

Adultes,  
mardi 20:00-20:45,  
vendredi 12:30-13:15  
☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

## Step cardio au féminin

Adultes,  
jeudi 9:30-10:15  
☞ **Léo Lagrange**  
Mosson

## Stretching

Adolescents, adultes, niveau  
débutant,  
mardi 20:00-20:45  
☞ **Georges Brassens**  
Mosson

Adolescents, adultes, tous  
niveaux,  
vendredi 9:30-10:30  
☞ **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

Adultes, niveau débutant,  
lundi 12:15-13:15, 18:30-19:30,  
vendredi 11:00-12:00  
☞ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
lundi 10:30-11:30, 12:30-13:30,  
mercredi 11:10-12:10, 12:15-13:15  
☞ **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Adultes, tous niveaux,  
lundi 10:30-11:30,  
jeudi 10:30-11:30  
☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Adultes, tous niveaux,  
mardi 12:30-13:30,  
jeudi 10:45-11:45  
☞ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adultes, tous niveaux,  
mardi 18:15-19:15  
☞ **George Sand**  
Montpellier-Centre

Adultes,  
mardi 19:15-20:15  
☞ **Léo Lagrange**  
Mosson

## Stretching et relaxation

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 19:00-20:00  
☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

## Stretching postural

Adultes, tous niveaux,  
lundi 17:00-18:00,  
jeudi 17:00-18:00  
☞ **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

## Training debout

Tout public,  
jeudi 21:00-22:00  
☞ **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

## Zumba

Enfants 6-12 ans,  
mercredi 11:00-12:00,  
jeudi 17:00-18:00  
☞ **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

Adolescents, adultes,  
niveau débutant,  
lundi 18:15-19:15  
☞ **Georges Brassens**  
Mosson

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
jeudi 18:45-19:30  
☞ **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

Adultes, tous niveaux,  
lundi 12:30-13:30,  
jeudi 18:00-19:00  
☞ **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

## Zumba fitness au féminin

Adultes,  
lundi 9:30-10:15  
☞ **Léo Lagrange**  
Mosson

## Zumba strong

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mardi 19:15-20:00  
☞ **Georges Brassens**  
Mosson



## RELAXATION ET DISCIPLINES ASSOCIÉES

### Barre à terre

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
lundi 12:30-13:30,  
vendredi 12:30-13:30

☎ **Marie Curie**  
Mosson

### Brighter Minds

Enfants 7-12 ans, tous niveaux,  
mercredi 14:00-19:00

☎ **Georges Brassens**  
Mosson

### Danse bien-être et en conscience

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 19:00-20:00

☎ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

### Fit boxing

Adultes, niveau débutant,  
mardi 9:30-10:15

☎ **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

### Méditation

Adultes, tous niveaux,  
mardi 12:30-13:30,  
jeudi 12:30-13:30

☎ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Adultes, niveau débutant,  
lundi 17:30-19:00

☎ **François Villon**  
Les Cévennes

### Méditation et bien-être

Adolescents 12-16 ans,  
tous niveaux,  
mardi 18:10-19:10

☎ **George Sand**  
Montpellier-Centre

### Méditation et gestion du stress

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mardi 11:00-12:00

☎ **Marie Curie**  
Mosson

### Méditation et relaxation

Adultes,  
mardi 12:15-13:30

☎ **L'Escouteire**  
Près d'Arènes

### Méditation et yoga tibétain

Adultes, niveau confirmé,  
lundi 19:15-20:45

☎ **François Villon**  
Les Cévennes

### Méditation pleine conscience

Adultes, niveau débutant,  
lundi 18:30-19:30

☎ **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

### Qi gong

Adolescents, adultes,  
niveau intermédiaire,  
jeudi 10:50-12:20

☎ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adolescents, adultes,  
niveau intermédiaire,  
mardi 12:00-13:00

☎ **George Sand**  
Montpellier-Centre

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mardi 19:15-20:15  
☎ **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
jeudi 9:10-10:40

☎ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adultes, tous niveaux,  
lundi 12:30-13:30

☎ **Boris Vian**  
Près d'Arènes

Adultes, tous niveaux,  
lundi 12:30-13:45, 14:00-15:00

☎ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Adultes, tous niveaux,  
lundi 17:00-18:30,  
mardi 18:30-20:00

☎ **Léo Lagrange**  
Mosson

Adultes, tous niveaux,  
lundi 18:15-19:15

☎ **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
mardi 14:30-15:45

☎ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
mardi 18:00-19:00

☎ **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, niveau confirmé,  
lundi 10:00-11:30

☎ **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

### Qi gong, Tai-chi santé

—  
Adultes, tous niveaux,  
lundi 11:00-12:00,  
mardi 15:30-16:30  
☞ **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

### Relaxation

—  
Adultes, tous niveaux,  
mardi 10:45-11:45  
☞ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

### Rire et sophrologie

—  
Tout public, tous niveaux,  
lundi 14:15-16:15  
☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

### Sophrologie

—  
Enfants 6-9 ans, tous niveaux,  
mercredi 11:15-12:15  
☞ **Georges Brassens**  
Mosson

—  
Adultes, tous niveaux,  
mardi 18:45-19:45  
☞ **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Adultes, tous niveaux,  
vendredi 18:45-19:45  
☞ **Georges Brassens**  
Mosson

### Sophrologie et méditation pleine conscience

—  
Adultes,  
jeudi 18:00-19:30  
☞ **Méline Mercouri**  
Port-Marianne

### Sophrologie et pratiques artistiques

—  
Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
dimanche 10:00-12:00,  
1<sup>er</sup> dimanche du mois  
☞ **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

### Sophrologie relaxation

—  
Adultes, tous niveaux,  
jeudi 15:00-16:30  
☞ **Marie Curie**  
Mosson

### Tai-chi-chuan

—  
Adolescents, adultes,  
niveau intermédiaire,  
mardi 9:15-10:45  
☞ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

—  
Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mercredi 18:45-20:00  
☞ **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

—  
Adultes, niveau intermédiaire,  
jeudi 11:00-12:00  
☞ **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Adultes, niveau débutant,  
lundi 12:00-13:00  
☞ **George Sand**  
Montpellier-Centre

Adultes, niveau débutant,  
mardi 9:15-10:15  
☞ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

—  
Adultes, tous niveaux,  
lundi 18:30-20:00,  
jeudi 18:15-19:45  
☞ **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

—  
Adultes, tous niveaux,  
mardi 19:00-20:00  
☞ **Voltaire**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes, tous niveaux,  
mercredi 12:30-13:30  
☞ **Méline Mercouri**  
Port-Marianne

—  
Adultes, tous niveaux,  
jeudi 12:30-13:30  
☞ **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

### Vini Hatha yoga

—  
Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
jeudi 18:15-19:30  
☞ **André Chamson**  
Les Cévennes

### Vini yoga

—  
Adultes, tous niveaux,  
mardi 9:00-10:15  
☞ **François Villon**  
Les Cévennes

## Yoga

—  
Tout public, niveau débutant,  
mercredi 18:00-19:00

📍 **Méline Mercouri**  
Port-Marianne

—  
Tout public à partir de 15 ans,  
tous niveaux,  
jeudi 18:00-19:00

📍 **Fanfonne Guillaume**  
Les Cévennes

—  
Adolescents, adultes, tous  
niveaux,  
lundi 19:00-20:30

📍 **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

—  
Adolescents, adultes, tous  
niveaux,  
jeudi 12:15-13:30

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Adolescents, adultes, tous  
niveaux,  
jeudi 9:30-11:00

📍 **Antoine de Saint-Exupéry**  
Les Cévennes

—  
Adolescents, adultes, tous  
niveaux,  
vendredi 18:15-19:30

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

—  
Adolescents, adultes,  
jeudi 19:30-21:00

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

—  
Adultes, niveau débutant,  
vendredi 10:15-11:45

📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes, tous niveaux,  
lundi 9:30-11:00, 19:00-20:30

📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

—  
Adultes, tous niveaux,  
lundi 12:15-13:30

📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

—  
Adultes, tous niveaux,  
lundi 12:15-13:30

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

—  
Adultes, tous niveaux,  
lundi 12:15-13:45,  
samedi 11:45-13:15

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes, tous niveaux,  
lundi 12:30-13:30,  
mardi 12:30-13:30,  
mercredi 12:30-13:30,  
jeudi 12:30-13:30,  
vendredi 12:30-13:30

📍 **Méline Mercouri**  
Port-Marianne

—  
Adultes, tous niveaux,  
lundi 18:35-20:05,  
jeudi 10:30-12:00

📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

—  
Adultes, tous niveaux,  
mardi 19:15-20:30,  
jeudi 12:30-13:30,  
vendredi 9:30-10:45

📍 **Rosa-Lee Parks**  
Hôpitaux-Facultés

—  
Adultes, tous niveaux,  
jeudi 12:15-13:30

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

—  
Adultes, tous niveaux,  
jeudi 12:15-13:30

📍 **Marie Curie**  
Mosson

—  
Adultes, tous niveaux,  
jeudi 13:15-14:15

📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

—  
Adultes, tous niveaux,  
samedi 9:30-11:00 doux

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

—  
Adultes, tous niveaux,  
samedi 11:15-12:45 dynamique

📍 **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

—  
Adultes,  
lundi 18:00-19:30,  
jeudi 18:30-20:00

📍 **Georges Brassens**  
Mosson

—  
Adultes,  
mardi 14:30-15:45,  
vendredi 9:30-10:45

📍 **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

—  
Adultes,  
mercredi 19:45-20:15

📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

—  
Seniors, tous niveaux,  
jeudi 9:30-10:45

📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

## Yoga adapté (sur chaise)

—  
Adultes, seniors, tous niveaux,  
jeudi 14:45-16:15,  
personnes à mobilité réduite,  
handicapées

📍 **François Villon**  
Les Cévennes

## Yoga adapté (sur chaise) et pratiques douces sur tapis

—  
Adultes, tous niveaux,  
mardi 16:45-18:00

📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

### Yoga Ashtanga

Adultes, tous niveaux,  
lundi 18:30-20:00,  
jeudi 12:30-13:30,  
vendredi 12:15-13:15  
📍 **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adultes, tous niveaux,  
mercredi 18:30-19:30  
📍 **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mercredi 18:00-19:00  
📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

### Yoga détente

Tout public à partir de 16 ans,  
niveaux débutant, intermédiaire,  
lundi 14:00-15:00,  
mardi 9:30-10:30  
📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

### Yoga du rire

Adultes, niveau débutant,  
mardi 14:00-15:30  
📍 **Marie Curie**  
Mosson

### Yoga Hatha

Adultes, tous niveaux,  
lundi 18:30-19:45  
📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, tous niveaux,  
jeudi 12:15-13:15  
📍 **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Adultes, tous niveaux,  
mardi 19:15-20:30  
📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

Adultes, tous niveaux,  
lundi 18:45-20:15  
📍 **François Villon**  
Les Cévennes

Adultes, niveaux débutant,  
intermédiaire,  
lundi 12:15-13:15,  
mardi 10:30-11:30  
📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

### Yoga Pilates

Adultes, tous niveaux,  
lundi 12:30-14:00  
📍 **Albert Dubout**  
Hôpitaux-Facultés

Adultes, tous niveaux,  
lundi 10:45-11:45  
📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

### Yoga postural

Tout public à partir de 12 ans,  
mercredi 19:00-20:30  
📍 **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

### Yoga Sivananda

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
lundi 18:15-19:45  
📍 **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

Tout public à partir de 14 ans,  
tous niveaux,  
mardi 10:00-11:30,  
mercredi 18:00-19:15,  
jeudi 18:00-19:15  
📍 **Joseph Ricôme**  
Montpellier-Centre

### Yoga Vinyasa

Adultes, tous niveaux,  
mercredi 19:00-20:00  
📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

Adultes, niveaux débutant,  
intermédiaire,  
lundi 15:00-16:00  
📍 **Voltaire**  
Montpellier-Centre

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
lundi 10:00-11:00,  
mercredi 18:00-19:00  
📍 **George Sand**  
Montpellier-Centre

# ACTIVITÉS SOLIDARITÉ, MÉDIATION ET PARTAGE

## AIDES À LA SCOLARITÉ

### Accompagnement à la scolarité

—  
Enfants 6-11 ans,  
niveau primaire,  
mardi 17:00-19:00,  
jeudi 17:00-19:00  
📍 **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

—  
Enfants 6-11 ans,  
mercredi 14:00-15:00,  
15:00-16:00  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

Enfants 8-11 ans,  
niveau primaire,  
lundi 17:00-19:00,  
jeudi 17:00-19:00  
📍 **L'Escoutaire**  
Près d'Arènes

—  
Enfants,  
niveau primaire (CP-CE1),  
mardi 16:45-18:15,  
vendredi 16:45-18:15  
📍 **Marie Curie**  
Mosson

—  
Enfants, niveau primaire  
(CE2-CM1-CM2),  
lundi 16:45-18:15,  
jeudi 16:45-18:15  
📍 **Marie Curie**  
Mosson

Enfants, niveau primaire,  
mardi 17:00-18:00,  
jeudi 17:00-18:00  
📍 **André Chamson**  
Les Cévennes

—  
Enfants, niveau primaire,  
mercredi 14:00-15:00, 15:00-  
16:00, 16:00-17:00  
📍 **Léo Lagrange**  
Mosson

—  
Enfants, niveau primaire,  
mercredi 14:00-15:30  
📍 **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

—  
Enfants, adolescents 6-15 ans,  
niveaux débutant, intermédiaire,  
mardi 17:30-19:00  
📍 **Louis Feuillade**  
Mosson

Enfants, adolescents,  
niveaux primaire, collège,  
lundi 17:00-19:00,  
mercredi 17:00-19:00

☎ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Enfants, adolescents,  
niveaux primaire, collège,  
mardi 17:00-18:30,  
vendredi 17:00-18:30

☎ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Enfants, adolescents,  
niveau collège,  
mardi 18:00-20:00

☎ **Léo Lagrange**  
Mosson

Enfants, adolescents 6-18 ans,  
niveaux primaire, collège, lycée,  
lundi 17:00-18:00,  
mardi 17:00-19:30,  
jeudi 17:00-19:30,  
vendredi 17:00-19:30

☎ **Paul-Émile Victor**  
Les Cévennes

Enfants, adolescents,  
tous niveaux,  
lundi 17:30-18:30,  
mardi 17:30-18:30,  
mercredi 17:30-18:30,  
jeudi 17:30-18:30

☎ **Jean-Pierre Cailens**  
Prés d'Arènes

Adolescents,  
niveaux collège, lycée,  
mercredi 17:00-19:00,  
jeudi 17:00-19:00,  
samedi 10:00-12:00

☎ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Adolescents, niveau lycée,  
mercredi 9:30-12:00, 17:00-19:00,  
samedi 9:30-12:00,

☎ **François Villon**  
Les Cévennes

Adolescents 12-15 ans,  
niveau collège,  
mardi 17:00-19:00,  
jeudi 17:00-19:00

☎ **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

Adolescents 12-18 ans,  
niveaux collège, lycée,  
lundi 17:00-19:00,  
jeudi 17:00-19:00

☎ **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Adolescents à partir de 15 ans,  
niveau lycée,  
mardi 19:00-21:00,  
jeudi 19:00-21:00

☎ **Michel Colucci**  
Croix d'Argent

### Accompagnement à la scolarité (Re-crédation)

Enfants 6-10 ans, tous niveaux,  
mardi 16:30-17:30,  
jeudi 16:30-17:30

☎ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

## AUTRES AIDES

### Atelier mémoire

Seniors, tous niveaux,  
vendredi 11:00-12:30

☎ **Marie Curie**  
Mosson

### Microcrèche baby car

Tout-petits jusqu'à 3 ans,  
mardi 14:00-17:00,  
vendredi 9:00-12:00

☎ **François Villon**  
Les Cévennes

# ACTIVITÉS TECHNOLOGIE DE L'INFORMATION, SCIENCES ET DIVERS

## EXPÉRIENCES SCIENTIFIQUES

### Animations scientifiques et ludiques

Enfants 8-12 ans, tous niveaux,  
mardi 17:15-18:45

☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre

Enfants, adolescents,  
tous niveaux,  
mercredi 14:00-15:30

☞ **Jean-Pierre Caillens**  
Prés d'Arènes

### Ateliers des petits débrouillards

Enfants, adolescents 7-13 ans,  
tous niveaux,  
mercredi 14:00-15:30

☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

### Club sciences

Enfants 7-12 ans,  
mercredi 14:00-16:00

☞ **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

### Sciences amusantes

Enfants 8-11 ans,  
mercredi 10:30-12:00

☞ **Léo Lagrange**  
Mosson

## INFORMATIQUE, INTERNET ET EPI

### Accompagnement numérique

Adultes,  
lundi 14:00-17:30,  
sur rendez-vous

☞ **Frida Kahlo**  
Port-Marianne

### Atelier de soutien numérique

Seniors, niveau débutant,  
vendredi 9:30-10:30

☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

Seniors, niveau intermédiaire,  
vendredi 10:45-11:45

☞ **Marcel Pagnol**  
Les Cévennes

### Informatique

Adultes, niveau débutant,  
jeudi 11:00-12:30

☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Adolescents, adultes,  
niveau confirmé,  
jeudi 10:00-11:00

☞ **Mélina Mercouri**  
Port-Marianne

Seniors, niveau débutant,  
lundi 9:30-10:30

☞ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

Seniors, niveau intermédiaire,  
lundi 10:45-11:45

☞ **Albert Camus**  
Croix d'Argent

### Informatique et internet

Adolescents, adultes,  
niveau débutant,  
jeudi 10:00-11:00, 11:00-12:00

☞ **Boris Vian**  
Prés d'Arènes

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
lundi 10:00-12:00, 14:00-18:00,  
mardi 10:00-13:00,  
mercredi 10:00-12:00, 14:00-18:00,  
inscription par session de 4  
séances individuelles d'1h,  
sur rendez-vous

☞ **L'Escoutaire**  
Prés d'Arènes

Adolescents, adultes,  
tous niveaux,  
mardi 15:00-18:00,  
inscription par session  
de 4 séances

☞ **Marie Curie**  
Mosson

### Initiation à la programmation

Adolescents, niveau débutant,  
mercredi 14:00-18:00,  
tous les 1<sup>ers</sup> mercredis du mois,  
amener son PC

☞ **Frédéric Chopin**  
Montpellier-Centre



# PERMANENCES ET SERVICES DANS LES MAISONS POUR TOUS

# PERMANENCES ET SERVICES DANS LES MAISONS POUR TOUS

<b>Accompagnement de Parcours pour Adultes et Jeunes</b>	APAJ	Insertion professionnelle et création de CV	📞 <b>Jean-Pierre Caillens</b>	lundi, mardi, vendredi de 14h à 16h
		Médiation scolaire PRE	📞 <b>L'Escoutaire</b>	mercredi de 9h30 à 12h
		Atelier alpha numérisation et permanence sociale	📞 <b>Mélina Mercouri</b>	mardi de 9h à 12h
		Atelier prévention, santé et environnement	📞 <b>Albertine Sarrazin</b>	lundi de 14h à 16h
<b>Aide à Domicile Hérault</b>	ADH	Service d'accompagnement à la parentalité et la scolarité, atelier de loisirs créatifs	📞 <b>L'Escoutaire</b>	lundi de 13h30 à 16h30
<b>Anim'aidants 34</b>		Aides administratives	📞 <b>Marie Curie</b>	jeudi de 9h à 12h
<b>APS 34</b>		Permanence d'accompagnement socio-éducatif des jeunes et de leurs familles	📞 <b>Georges Brassens</b>	jeudi de 16h30 à 18h30
<b>Association Mas des Moulins</b>		Microcrèche baby car	📞 <b>François Villon</b>	mardi de 14h à 17h, vendredi de 9h à 12h
<b>Association pour l'Emploi et le Développement des Entreprises - Boutique de Gestion</b>	AEDE BGE	CitésLab / BGE Montpellier Cœur d'Hérault Sensibilisation et accompagnement à la création d'entreprise	📞 <b>Georges Brassens</b>	jeudi de 14h à 17h
			📞 <b>Jean-Pierre Caillens</b>	1 <sup>er</sup> lundi du mois de 9h à 11h
			📞 <b>Albert Camus</b>	mardi de 9h à 12h
			📞 <b>Jean-Pierre Caillens</b>	vendredi de 14h à 16h, une fois par mois
			📞 <b>Albert Dubout</b>	3 <sup>eme</sup> jeudi du mois de 9h à 12h
			📞 <b>Léo Lagrange</b>	lundi de 14h à 17h30, mardi de 9h à 17h30
			📞 <b>L'Escoutaire</b>	jeudi de 9h à 12h
			📞 <b>Marcel Pagnol</b>	lundi de 14h à 17h30
			📞 <b>Paul-Émile Victor</b>	mardi de 9h à 12h
			📞 <b>François Villon</b>	jeudi de 14h à 17h
📞 <b>Joseph Ricôme</b>	mardi de 14h à 17h			

<b>Association Tutélaire de Gestion</b>	ATG34	Déléguée à la protection des majeurs	📞 <b>Paul-Émile Victor</b>	jeudi de 10h à 12h, une fois par mois
<b>Association Tutélaire de Gestion</b>		Permanences pour l'accueil, l'aide et le soutien des personnes mises sous tutelle.	📞 <b>Marie Curie</b>	un lundi sur deux de 10h à 12h, sur rendez-vous
<b>AXENTS</b>		Accompagnement à la création d'entreprise - Tremplin des entrepreneurs	📞 <b>Georges Brassens</b>	vendredi de 9h à 12h
		Conseil, accompagnement et formation des créateurs d'entreprise. Accompagnement personnalisé et couvre tous les champs liés à la création ou à la reprise d'entreprise.	📞 <b>Albert Dubout</b>	mardi de 9h à 12h
<b>Bibliothèque Paul Langevin</b>		Découverte des offres numériques du réseau des médiathèques de Montpellier Métropole (cours en ligne, presse en ligne, liseuses et livres numériques...). Inscription au 04.67.72.58.76	📞 <b>Albert Dubout</b>	jeudi de 14h à 15h et de 15h à 16h, sur rendez-vous.
<b>Centre d'Information sur les Droits de la Femme et de la Famille</b>	CIDFF	Permanence juridique	📞 <b>Paul-Émile Victor</b>	lundi de 9h à 12h
			📞 <b>François Villon</b>	1 <sup>er</sup> et 3 <sup>ème</sup> jeudi du mois de 14h à 17h
<b>Centre de Loisirs Oxford</b>	ASH Oxford	Inscription à l'accueil de Loisirs d'Oxford	📞 <b>Léo Lagrange</b>	mardi et jeudi sur rendez-vous
<b>Cité Citoyenne</b>		Accompagnement numérique et dématérialisation	📞 <b>L'Escoutaire</b>	jeudi de 14h à 17h
<b>Comité de l'Hérault d'Éducation pour la Santé</b>	CODES 34	Accompagnement des personnes confrontées à des problématiques d'addiction	📞 <b>Marie Curie</b>	un mardi sur deux de 9h à 12h, sur rendez-vous
		Accompagnement de médiation en santé	📞 <b>Albertine Sarrazin</b>	mercredi de 14h à 18h, jeudi de 9h à 12h30, sur rendez-vous
<b>Comité pour le développement de l'économie régionale</b>	COMIDER	Accompagnement à la réinsertion professionnelle	📞 <b>François Villon</b>	vendredi de 9h à 12h30

# PERMANENCES ET SERVICES DANS LES MAISONS POUR TOUS

<b>Confédération Syndicale des Familles Union Départementale de l'Hérault</b>	UD-CSF34	Assurer la défense et la représentation des intérêts généraux des familles en leur qualité d'usagers, notamment de locataires ou accédants à la propriété et de consommateurs de biens et services.	📞 <b>Albert Camus</b>	vendredi 9h à 12h30
		Consommation-logement	📞 <b>Joseph Ricôme</b>	lundi de 14h à 17h
<b>Conseil Départemental de l'Accès aux Droits</b>	CDAD	Permanence avocat	📞 <b>François Villon</b>	1 <sup>er</sup> et 3 <sup>ème</sup> lundi du mois de 9h à 12h
<b>Conseiller numérique</b>		Aide numérique à la réalisation de démarches administratives en ligne (créer un espace personnel, effectuer une démarche via Internet, actualiser ses données...) en développant des outils et ateliers pour plus d'autonomie des citoyens dans plusieurs domaines autour du numérique.	📞 <b>Albert Dubout</b>	mercredi de 9h à 12h et de 14h à 17h30
<b>Conseiller numérique France Services</b>		Aide administrative numérique individuelle et atelier collectif	📞 <b>Albertine Sarrazin</b>	lundi de 9h à 12h30, vendredi de 9h à 17h30, sur rendez-vous
<b>Crèche Les Elfes - service d'accueil familial</b>		Réservé aux assistantes maternelles rattachées à la ville de Montpellier Animations petite enfance	📞 <b>L'Escoutaïre</b>	mardi de 9h30 à 11h30, deux fois par mois
<b>Diabète Recherche Éducation Alimentation Métabolisme</b>	DREAM	Programme « Solidarité Diabète »	📞 <b>Léo Lagrange</b>	jeudi de 14h à 16h
		Programme « Solidarité Poids et Santé »	📞 <b>Léo Lagrange</b>	mardi de 14h à 16h
		Programme « Solidarité, activités physiques, alimentation »	📞 <b>Léo Lagrange</b>	jeudi de 10h30 à 12h

<b>École des Parents et des Éducateurs de l'Hérault</b>	EPE34	Point d'accueil et d'écoute des jeunes de La Paillade	<p>📞 <b>Léo Lagrange</b></p> <p>📞 <b>Michel Colucci</b></p>	jeudi de 15h à 19h
		Café des parents : rencontre entre parents autour d'un café sur des thèmes relatifs à la parentalité avec un professionnel de l'association et un animateur de la Maison pour tous		de 10h à 12h, une fois par mois
		Point d'écoute gratuit pour les parents, enfants et adolescents	📞 <b>Michel Colucci</b>	jeudi de 12h30 à 16h30, sur rendez-vous
		Point accueil Écoute Parents Enfants	📞 <b>Albertine Sarrazin</b>	un jeudi par quinzaine de 14h à 17h30
		Point d'écoute sur rendez-vous d'une heure avec une psychologue de l'association, pour les parents accompagnés ou non de leur(s) enfant(s)	📞 <b>Paul-Émile Victor</b>	vendredi de 9h à 12h
<b>Élever en tribu : atelier parentalité</b>		Offrir un espace d'échange et d'accompagnement pour les familles concernant la petite enfance. Créer des liens entre les différentes familles pour diminuer le sentiment de solitude. Évaluer et générer des conditions optimales pour favoriser le développement de l'enfant (coordination, motricité, relationnel, langage, émotions),	📞 <b>Albert Dubout</b>	un vendredi par quinzaine de 10h30 à 11h30
<b>Enfance et Famille d'Adoption</b>	EFA	Aide à la parentalité adoptive	📞 <b>André Chamson</b>	jeudi, vendredi et samedi une fois par mois
<b>Espace Public Internet</b>		Libre accès	📞 <b>Léo Lagrange</b>	tous les après-midi de 14h30 à 18h
<b>Familles Rurales Fédération Régionale du LR</b>		Aides administratives aux familles	📞 <b>Jean-Pierre Caillens</b>	mercredi de 9h à 12h

# PERMANENCES ET SERVICES DANS LES MAISONS POUR TOUS

<b>France Parkinson</b>		Activités diverses pour les personnes atteintes de la maladie de Parkinson et leurs aidants	☎ <b>Albert Camus</b>	mardi de 14h30 à 17h30
<b>France Parkinson / Ma Vie</b>		Pratique du tango pour personnes atteintes de la maladie de Parkinson et leurs aidants	☎ <b>Albert Camus</b>	vendredi de 14h à 17h30
<b>Gammes - Alisé</b>		Atelier de redynamisation sociale	☎ <b>Mélina Mercouri</b>	mardi, jeudi de 14h à 16h
<b>Groupement d'Entreprises Sociales et Solidaires (GESS)</b>	GESS	Promouvoir les offres d'emplois en contrat d'insertion	☎ <b>L'Escoutaire</b>	2 <sup>ème</sup> vendredi du mois
<b>Jonathan Pierres Vivantes</b>	JPV Hérault 34	Rencontres pour les parents endeuillés suite au décès d'un ou plusieurs enfants	☎ <b>Albert Dubout</b>	2 <sup>ème</sup> mardi du mois de 16h à 19h
<b>Jouons en ludothèque</b>		Lieu d'accueil parent/enfant : ateliers-jeux et groupes de paroles sur la parentalité	☎ <b>Joseph Ricôme</b>	jeudi de 13h30 à 18h30
<b>La couveuse Mosson (Context'art)</b>		Accompagnement des initiatives de l'économie culturelle et créative : couveuse d'activités, conseils en création d'activités, formations, réseau (développement des contacts et renforcement de la visibilité)	☎ <b>Louis Feuillade</b>	mardi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h
<b>La Leche League Languedoc Allaitement</b>		Réunion de soutien à l'allaitement maternel	☎ <b>Frédéric Chopin</b>	lundi de 9h30 à 12h30, une fois par mois
<b>La Ligue des Droits de l'Homme</b>	LDH	Aide à l'accès aux droits	☎ <b>Léo Lagrange</b>	jeudi de 14h à 17h
<b>Le Baobab</b>		Accueil des enfants jusqu'à 3 ans et de leurs parents pour partager un moment d'échange, de jeux et de découvertes	☎ <b>Voltaire</b>	mardi de 14h à 16h45
<b>Les P'tits Loups de Saint-Martin</b>		Collectif d'assistantes maternelles. Ateliers d'éveil	☎ <b>L'Escoutaire</b>	lundi de 9h15 à 11h30
<b>Les Petits Bouchons</b>		Réserve aux assistantes maternelles. Atelier de loisirs petite enfance	☎ <b>Albertine Sarrazin</b>	lundi de 9h30 à 12h

**Les Petits Débrouillards**

Dans le cadre du Contrat Local d'Accompagnement à la Scolarité

🏠 **Georges Brassens**

lundi de 17h30 à 19h et jeudi de 18h à 19h30

**Maison France Services**

Accompagnement administratif et numérique

🏠 **Georges Brassens**

lundi 9h-12h et 14-16h  
mardi 14h-18h,  
mercredi 9h-12h,  
jeudi et vendredi 9h-12h30 et 14h-16h

🏠 **Joseph Ricôme**

Accueil :  
lundi, mercredi et jeudi 9h-12h45 et 13h30-19h,  
mardi 13h30-19h ,  
vendredi 8h-12h45 et 13h30-18h  
Suivi individuel sur rendez-vous :  
lundi et jeudi 9h-12h et 14h-18h,  
mardi 14h-18h,  
vendredi 8h-12h et 14-17h

**Maison pour tous Albertine Sarrazin**

Contrat Local d'Accompagnement à la Scolarité - thématique : Alimentation et Santé

🏠 **Albertine Sarrazin**

mardi et jeudi de 16h45 à 18h

La bulle parentale : atelier - jeux petite enfance et échanges sur la parentalité

🏠 **Albertine Sarrazin**

jeudi de 14h à 16h

Le coins des mamans

🏠 **Albertine Sarrazin**

du mardi au jeudi de 14h30 à 16h30

**Maison pour tous François Villon**

Espace public internet

🏠 **François Villon**

mardi et vendredi de 9h à 12h et de 14h à 16h

**Maison pour tous George Sand**

Conseiller numérique - aide administrative et numérique

🏠 **George Sand**

mardi de 9h à 12h,  
vendredi de 14h à 17h,  
sur rendez-vous

Espace de co-working

🏠 **George Sand**

lundi de 9h à 12h30 et de 14h à 18h,  
vendredi de 9h à 12h30

# PERMANENCES ET SERVICES DANS LES MAISONS POUR TOUS

## Maison pour tous Léo Lagrange

Accès à un studio d'enregistrement, favoriser la créativité et l'apprentissage de la musique

📞 **Léo Lagrange**

lundi, mardi, jeudi et vendredi de 14h à 18h, sur rendez-vous

Espace public internet

📞 **Léo Lagrange**

lundi et vendredi de 14h à 16h

## Maison pour tous Marcel Pagnol

Aide et soutien aux démarches administratives, usage du téléphone, applications numériques...

📞 **Marcel Pagnol**

lundi de 14h à 16h, jeudi de 10h à 12h, sur rendez-vous

## Maison pour tous Mélina Mercouri

Conseil numérique - Permanence

📞 **Mélina Mercouri**

mardi de 14h à 17h, sur rendez-vous

## Maison pour tous Michel Colucci

Jardin partagé

📞 **Michel Colucci**

du lundi au jeudi de 9h à 12h30 et de 14h à 19h, vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 18h (vacances scolaires fermeture à 18h tous les jours)

## Maison pour tous Rosa-Lee Parks

Espace public internet

📞 **Rosa-Lee Parks**

du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 18h, sur rendez-vous

## Médinum

APAJ

Atelier d'aide administrative numérique

📞 **Albertine Sarrazin**

lundi de 16h à 18h, mercredi de 9h30 à 12h30, sans rendez-vous

## Métropole de Montpellier - Maison France Service

Conseil numérique, aide aux e-démarches

📞 **Albert Camus**

lundi de 14h à 17h, jeudi de 9h à 12h



**Mission Locale  
des Jeunes de  
l'Agglomération de  
Montpellier**

MLJAM

Accompagnement socio-  
professionnel des jeunes

📍 **Georges  
Brassens**

vendredi de 14h à 17h

Insertion professionnelle des  
jeunes

📍 **Jean-Pierre  
Caillens**

vendredi de 14h à 17h

Permanence d'information  
emploi, logement, santé,  
mobilité, pour les jeunes de 16  
à 25 ans

📍 **Albert  
Dubout**

jeudi de 14h à 17h30

Permanence d'information  
emploi, santé, mobilité,  
logement pour les jeunes de  
16 à 25 ans

📍 **L'Escoutaire**

jeudi de 14h à 17h

Permanence jeunes de 16 à 25  
ans sortis du système scolaire,  
sans rendez-vous. Emploi,  
mobilité, santé, formation,  
logement, loisirs, sports.

📍 **George Sand**

mardi de 14h à  
17h30

Accompagnement insertion  
des jeunes de 16 à 25 ans,  
création de CV

📍 **Albertine  
Sarrazin**

mercredi de  
9h à 12h, sans  
rendez-vous

Insertion professionnelle des  
jeunes

📍 **Paul-Émile  
Victor**

jeudi de 14h à 18h

Insertion professionnelle des  
jeunes

📍 **François  
Villon**

mardi de 14h à 17h,  
mercredi de 9h à  
12h et de 14h à 17h

**Montpellier Club  
Handisport**

Permanence d'accueil et  
d'inscription

📍 **L'Escoutaire**

mardi de 14h à 17h

**Montpellier  
Méditerranée Métropole**

Montpellier  
3M

Conseiller numérique :  
accompagnement aux  
démarches administratives et  
environnements numériques

📍 **François  
Villon**

sur rendez-vous

**Outremangeurs  
Anonymes**

OA

Groupe de parole autour des  
troubles du comportement  
alimentaire (anorexie, boulimie...)

📍 **Voltaire**

dimanche de 17h30  
à 19h30

# PERMANENCES ET SERVICES DANS LES MAISONS POUR TOUS

<b>Parent relais bénévole de l'association Dyspraxie France Dys 34</b>	DFD 34	Présentation et information sur les troubles neurodéveloppementaux, les troubles d'apprentissage, et troubles du comportement (TDAH, TOP..). Accompagnement, soutien et échanges autour des ces troubles allant du diagnostic aux prises en charge et orientations en passant par la présentation des aides possibles. Moments d'échanges et de partage conviviaux.	📞 <b>Albert Dubout</b>	1 <sup>er</sup> mardi du mois de 10h à 12h
<b>Parhands 34</b>		Accompagnement dans la parentalité pour les parents vivant le handicap ou celui de leur enfant	📞 <b>Frida Kahlo</b>	3 <sup>ème</sup> mardi et 1 <sup>er</sup> vendredi du mois de 9h à 11h
<b>Point Information Jeunesse Radio Clapas</b>	PIJ	Permanence d'accueil et d'informations jeunesse pour les 11 à 30 ans, découverte du média radiophonique	📞 <b>L'Escoutaire</b>	mercredi de 14h30 à 16h30
<b>Point Relais Infos Jeunes</b>	PRIJ	Lieu d'accueil, d'information et d'orientation, gratuit pour les 16-25 ans, parents, associations et professionnels de la jeunesse	📞 <b>Michel Colucci</b>	mardi, jeudi et vendredi de 9h à 12h, sur rendez-vous
<b>Programme de réussite éducative</b>		Accompagnement des jeunes en décrochage scolaire	📞 <b>Marie Curie</b>	lundi de 14h à 17h
<b>Rando Loisirs</b>		Club de randonnée	📞 <b>Voltaire</b>	vendredi de 17h30 à 19h
<b>Relais des Assistantes Maternelles</b>	RAM	Réservé aux assistantes maternelles. Atelier de loisirs petite enfance	📞 <b>Michel Colucci</b>	mardi de 9h à 12h
<b>Relais des Assistantes Maternelles - Crèche Municipale Les Petits Loups</b>	RAM	Réservé aux assistantes maternelles. Atelier de loisirs petite enfance	📞 <b>Michel Colucci</b>	mardi et jeudi de 10h à 12h
<b>Relais des Assistantes Maternelles Aiguelongue</b>	RAM	Réservé aux assistantes maternelles. Atelier de loisirs petite enfance	📞 <b>Frédéric Chopin</b>	jeudi de 9h30 à 12h, une fois par mois
			📞 <b>George Sand</b>	un vendredi par mois de 9h30 à 12h

<b>Relais des Assistantes Maternelles Antigone 1</b>	RAM	Réservé aux assistantes maternelles. Atelier de loisirs petite enfance	🏠 <b>Voltaire</b>	jeudi de 9h à 12h, deux fois par mois
<b>Relais des Assistantes Maternelles Antigone 2</b>	RAM	Réservé aux assistantes maternelles. Atelier de loisirs petite enfance	🏠 <b>Jean-Pierre Caillens</b>	jeudi de 9h à 11h
		Réservé aux assistantes maternelles	🏠 <b>L'Escouteiraire</b>	mardi de 9h à 12h, deux fois par mois
<b>Relais des Assistantes Maternelles Croix d'Argent</b>	RAM	Réservé aux assistantes maternelles	🏠 <b>Antoine de Saint-Exupéry</b>	mercredi de 9h à 11h30, une fois par mois
		Réservé aux assistantes maternelles	🏠 <b>Albert Camus</b>	mardi et vendredi de 9h à 11h30, deux fois par mois
<b>Relais des Assistantes Maternelles Odysseum</b>	RAM	Réservé aux assistantes maternelles. Ateliers	🏠 <b>Mélina Mercouri</b>	jeudi de 9h15 à 12h, une fois par mois
<b>Relais des Assistantes Maternelles Saint-Clément</b>	RAM	Réservé aux assistantes maternelles. Atelier de loisirs petite enfance	🏠 <b>André Chamson</b>	lundi de 9h30 à 11h30, une fois par mois
<b>Relais Petite Enfance Antigone 1 et 2</b>	RPE	Réservé aux assistantes maternelles. Atelier de loisirs petite enfance	🏠 <b>Marcel Pagnol</b>	vendredi de 9h à 11h, une fois par mois
<b>Rire</b>		Formation des clowns bénévoles à l'hôpital	🏠 <b>Frédéric Chopin</b>	samedi de 9h30 à 12h30, une fois par mois
<b>Service d'Orientation et de Médiation pour l'Insertion Sociale</b>	SOMIS	Médiation sociale et administrative	🏠 <b>L'Escouteiraire</b>	lundi de 9h30 à 12h30
		Écrivain public	🏠 <b>François Villon</b>	lundi de 14h à 17h, mardi de 9h à 12h, vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h
		Écrivain public, insertion, médiation sociale et administrative	🏠 <b>Joseph Ricôme</b>	lundi de 9h30 à 12h et de 14h à 17h, jeudi de 9h30 à 12h et de 13h45 à 16h45
<b>UCRM</b>		Accompagnement socio-professionnel vers l'emploi et mise en relation directe avec les entreprises	🏠 <b>Georges Brassens</b>	mardi de 9h à 17h

## PERMANENCES ET SERVICES DANS LES MAISONS POUR TOUS

### Via Voltaire

VIA  
VOLTAIRE

Soutien aux démarches  
d'accès aux soins, aux  
droits, d'insertion sociale et  
professionnelle

📞 **Albertine  
Sarrazin**

mardi de 14h30  
à 16h30, sur  
rendez-vous

### Vivre Son Deuil

VSD

Coordonner  
l'accompagnement des  
personnes en deuil.  
Soutenir les activités des  
différentes associations qui la  
composent.  
Proposer des formations  
initiales de base, puis  
spécifiques et innovantes  
pour les bénévoles et les  
professionnels.  
Stimuler la réflexion autour  
du deuil en organisant des  
rencontres, des congrès et en  
créant des publications.

📞 **Albert  
Dubout**

mardi de 14h à 17h,  
sur rendez-vous



## PÔLE SOLIDARITÉS

Maison de la Démocratie  
16 rue de la République  
34000 Montpellier  
Tél. 04 67 34 88 78  
[service-MPT@ville-montpellier.fr](mailto:service-MPT@ville-montpellier.fr)

Service des Maisons pour tous  
Tél. 04 67 34 88 78

[montpellier.fr/maisons-pour-tous](http://montpellier.fr/maisons-pour-tous)

Montpellier  
capitale  
européenne  
de la Culture  
2025

